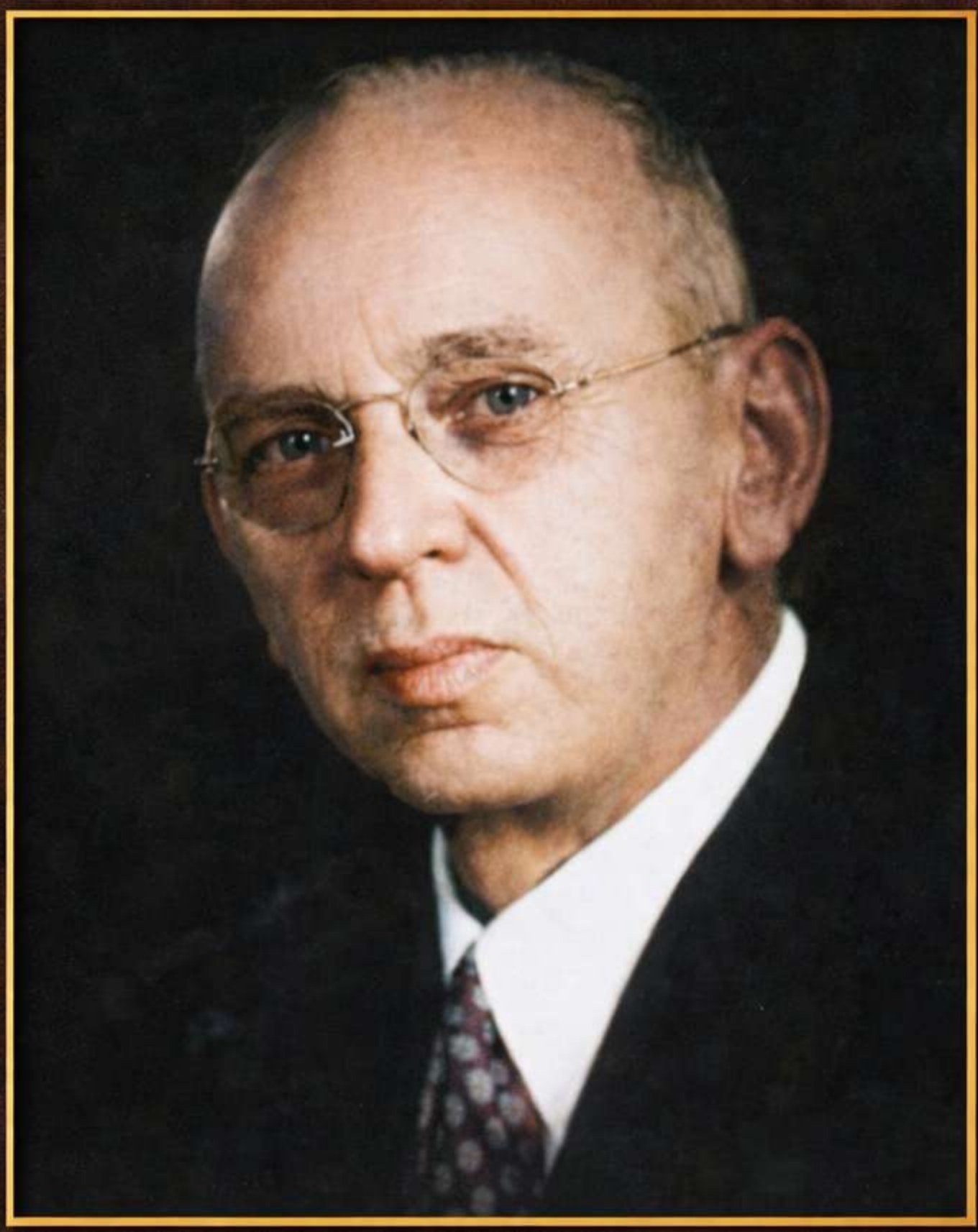
O UNIVERSO DE EDGAR CAYCE III

DOROTHÉE KOECHLIN DE BIZEMONT

Tradução: Amadeu António



O UNIVERSO DE EDGAR CAYCE III

OS ESPÍRITOS DA NATUREZA
A REENCARNAÇÃO COMO CHAVE DA HISTÓRIA:
AS MARCAS DO LESTE (ALSÁCIA, LORENA, SUÍÇA)
A FUNÇÃO TERAPÊUTICA DOS ALIMENTOS

© Éditions Robert Laffont, S.A., Paris, 1992

ÍNDICE

Agradecimentos sob a forma de introdução
A voz das árvores
I
EDGAR CAYCE E
OS ESPÍRITOS DA NATUREZA
Os espíritos da Natureza estão em todo o lado
Um pequeno povo preciso e organizado
1. As fadas estão de volta
As fotografias de Cottingley (*The Cottingley photographs*)
2. Os amigos invisíveis do jovem Edgar
3. Espíritos da Natureza, ainda estão aí?
Fizemos fugir as Ninfas...
A guerra das árvores
Joana d'Arc e a sua «Árvore das Fadas»
A França encantada
As «rochas das fadas»
Os Espíritos da Natureza fogem dos humanos
Os Anjos da meteorologia
O Deva da diorite
A Fada da ceifa
O rei das toupeiras
O espírito dos lugares
Cuidado com as fadas Carabosse!
4. E se fôssemos dançar com os elfos?
As ondinas da Mancha
O domínio de Boisset-les-Prévenches
O Guardião do Limiar
Aprender a falar com os espíritos da Natureza
Experiências num domínio encantado
II
A REENCARNAÇÃO COMO CHAVE
DA HISTÓRIA: AS MARCAS DO LESTE
A vocação marciana das «Marcas do Leste»
1. Pela Lorena

2. O milagre alsaciano
A tragédia alsaciana
O fio da Virgem: uma paciência infinita
A Alsácia no tempo das Cruzadas
3. Os «malgré-nous» da Alsácia-Lorena *(contra a nossa vontade)*
Não tereis a Alsácia nem a Lorena
A última aula
4. A Suíça: uma entidade nacional muito antiga
Que derrubem estas montanhas que nos impedem de ver o mar!
César proíbe os Suíços de irem colonizar a Saintonge
As estradas do Império
III
A FUNÇÃO TERAPÊUTICA
DOS ALIMENTOS
Cavar a própria sepultura com o garfo...
1. Nunca há fruta que chegue!
E para alimento, dou-vos os frutos da Terra...
O fruto: uma pílula de vida
A Teoria das Assinaturas
É impossível conservar sem desnaturar
Há coisas mais urgentes do que a Guerra do Fogo!
Os citrinos
Falsos ácidos...
Atenção aos casamentos explosivos
Boa cara graças às vitaminas
Os citrinos: um investimento de ouro
A laranja mecânica... ou falsa laranja!
As frutas exóticas
Os humores ácidos do ananás
Abacates que defendem a vossa saúde...
É pena ter banalizado as bananas
As tâmaras são «dedos de luz»
Já não há uma única goiaba em Goyave...
A papaia do papá
O dióspiro de uniforme
As frutas exóticas de que Cayce não falou
Os frutos vermelhos (ou bagas) — o sangue vermelho da terra
As amoras: o ouro negro dos nossos golfos
Pega na groselha e põe-te a andar...
Cassis e groselha-espinhosa
A sobremesa preferida dos ursos: a framboesa
Morangos contra morangos
O tempo das cerejas
Frutos de verão e frutos de outono

Tiro o chapéu ao melão!
Ter pêssego
O alperce: mais um refugiado!
A família da ameixa: ameixas secas, brugnões, quetsches, etc. *(Pêssegos e ameixas)*
Jogo figo contra ameixa seca: que se lixe tudo...!
Meio figo, meio uva
A indispensável uva passa
Paz às maçãs de boa vontade...
A pera não é assim tão tola!
O merceeiro do marmelo...
O ruibarbo: efeito clister!
Os frutos oleaginosos (nozes, amêndoas...)
Os óleos: olé!
Nozes e avelãs: um absoluto imprescindível contra o cancro!
O melhor seguro contra tumores: duas amêndoas por dia
E se for preciso trepar ao coqueiro?
Os amendoins
Sumos de fruta e curas de fruta — vale mesmo o sumo...
O martírio do obeso: acabou-se o sumo de uva!
Os indispensáveis sumos de citrinos
Os sumos de que Cayce não falou

2. Edgar Cayce e o vegetarianismo: a favor ou contra a carne?

Um «ismo» visto de forma negativa
Alguns vegetarianos tornaram-se legumes...
Consumo excessivo de carne: atenção, cancro!
O vírus da gripe é um grande comedor de carne
Tártaro ou cozinhado sob a sela?
Carne de porco: sigam o javali!
A caça — motivo de excomunhão?
No entanto, Cayce não condena absolutamente a caça
O esquilo ao vapor...
A caça, fonte de calcário
O sumo de vaca, mais eficaz do que uma transfusão de sangue (e menos perigoso!)
Um poderoso reconstituinte
Como um medicamento: respeite-se a dosagem!
O sumo de vaca contra o cancro
Carnes brancas, carnes vermelhas, carnes negras
A carne de vaca gorda... passará melhor se for magra!
O Senhor dos Cordeiros
Caprinos caprichosos!
A «galinha no pote» continua a resultar
Miúdos para gente abatida — o tripeiro, espécie em vias de desaparecimento

Os fígados: ter ou não ter
O chouriço de sangue: uma super-mina de ferro!
A tripa republicana... e cayciana
O super-pé... de porco
Rins, coração, miolos, língua: não se dê ao gato!

Agradecimentos sob a forma de introdução

Os meus leitores e leitoras querem sempre saber o que foi feito do «Muvian», isto é, do meu filho Gil, que, aos cinco anos, se lembrava de uma vida na Lemúria. Eu tinha relatado as suas reminiscências de uma civilização desaparecida em *L'Astrologie karmique*.

Desde então, não param de me falar do meu ex-«grande engenheiro no país de Mû». Toda a gente me pergunta em que ocupa as suas competências e como está. Pois bem, está rijo como o Pont-Neuf (que, como o nome não indica, é uma entidade muito antiga). O meu «Muvian», portanto, sempre muito *cool*, prestou-me o seu concurso para este Tomo III. Foi-me precioso: compreendem, quando se sobreviveu ao desabamento da Lemúria, à implosão da Atlântida, ao saque da Grécia por Paulo Emílio e ao incêndio da Grande Biblioteca de Alexandria... nada mais nos impressiona!

Com a sabedoria blasé das almas muito velhas que já viram de tudo, o «Muvian» releu o manuscrito da presente obra, primeira versão, ilegível. «Sentencioso e desarrumado» foi o seu veredito. Tinha razão: é exatamente assim que o texto de Cayce aparece no original, pois trata-se da transcrição de um discurso espontâneo.

Todos sabem que a comunicação escrita e a comunicação falada não funcionam segundo os mesmos ritmos: o que torna a linguagem falada convincente é a carga emocional libertada pelas entoações, pelos gestos, pelos olhares. Ora, os textos de Cayce, que não foram gravados em gravador, mas tomados de forma plana em estenografia, são, de facto, «sentenciosos e desarrumados» para ouvidos europeus. O «Muvian» viu bem: Cayce, para se fazer respeitar pelos seus concidadãos, falava-lhes a linguagem que era a deles.

Entremeado de citações bíblicas, recheado de verdades primeiras, temperado com repetições vigorosas, o discurso de Cayce parece dirigir-se a um bando de *cowboys* meio surdos! Questão do estilo de comunicação próprio de cada grupo humano...

Há também um fenómeno geral, que se verifica em todos os países e em todas as épocas: a grande maioria dos videntes é incapaz de se exprimir com

clareza. Li centenas de transcrições de consultas de vidência — é sempre o mesmo imbróglio. A expressão lógica, medida, precisa, não convém ao vidente. A astrologia ajuda a compreender porquê: o jornalismo é regido por um signo mercuriano rápido, Gémeos. A edição é regida por um signo mercuriano lento: Virgem. São dois signos extremamente racionais. Em contrapartida — no oposto! — o vidente é regido pelo signo intuitivo, vago, fluido, de Peixes; e o curandeiro por outro signo intuitivo: Sagitário. A comunicação lógica — mercuriana — estrangula a comunicação intuitiva de Peixes e de Sagitário. Cayce, claro, como muitos grandes videntes, tinha o Sol em Peixes[1]!

Sou portanto, ao traduzi-lo, obrigada a «pô-lo em esquadria», isto é, a fazer com que a mensagem seja expressa da forma lógica e metódica que é a nossa na Europa. Ainda muito marcados pela simetria grega, sentimos sempre vivamente a necessidade de uma ordem rigorosa, que se exprime pela nossa gramática. A «clareza francesa», fruto de uma disciplina precisa, está geralmente ausente dos textos dos videntes — e em particular das leituras de Cayce. Muitas vezes também o está nos textos americanos. É preciso, pois, extrair a mensagem do seu invólucro. E aí o meu «Muvian» ajudou-me consideravelmente. Com o olhar de laser das jovens «almas velhas» reencarnadas em bebés zapeadores, limpou o meu texto com um humor devastador. Graças a isso, talvez o encontrem enfim comestível!

Mas, de qualquer modo, eu nada teria conseguido fazer de bom sem Arielle. Arielle Fonrojet é a boa fada que vela pelos meus manuscritos ainda ao berço. Não só os dactilografa (no canto da sabedoria), como os comenta e me dá a sua opinião, sempre judiciosa. Arielle, tal como o meu filho Gil e todos os meus colaboradores, é também uma alma velha que sabe muito... (As almas jovens aborrecem-me: são brutas! Ainda não encontraram, nas suas experiências terrestres, a sabedoria de adivinhar tudo!) Estas almas velhas são, em geral, marcadas por Saturno — senhor do Tempo — e por Capricórnio, símbolo dos arquitetos.

Que Arielle seja aqui agradecida pela sua paciência, pela sua competência sem falhas, pela sua fidelidade tão rara.

Tenho ainda duas cúmplices: Denise Fouin e Patricia Bornic. Não cessam de me encorajar e de me apoiar. Dia após dia, tentam desimpedir os obstáculos sob os meus passos; trabalham para dar a conhecer Cayce através dos média — que, pode dizer-se, não eram nada favoráveis, no início, a uma filosofia espiritual como esta! Se eu contasse aos meus leitores as rejeições de que fomos constantemente alvo, Denise, Patricia e eu, ficariam muito surpreendidos. Foi o muro de Berlim do desprezo que tivemos de enfrentar. Hoje, esse muro (como o

outro) ruiu: alguns jornalistas ousam finalmente ir no sentido da História (agora que é menos arriscado!...).

É certo que «o Grande Bazar do New Age[2]» oferece ao público um *tutti-frutti* de valores seguros e de burlas. Mas fazer a amálgama não é honesto. Abrir os olhos ao público francês, ensiná-lo a distinguir o ouro da imundície, não é trabalho pequeno! Leva-se nas mãos... Denise e Patricia têm uma coragem e tanto — como Tanneguy de Petiville, que também se dedicou a esta tarefa e granjeou estima geral.

Outras pessoas de boa vontade e bom conselho ajudaram-me consideravelmente, como Madeleine de Solliers, que não receou apoiar-me; a minha prima Madeleine Fabre-Koechlin, que me fez uma leitura crítica muito fina do segundo capítulo; Cathy Maryan-Green, que releu tudo com o seu olhar profissional de especialista em comunicação; Béatrice Luccisano, que me fez sugestões pertinentes e em quem tenho grande confiança; Janos Molnar de Parno, que me ajudou a dar a conhecer Edgar Cayce na Bélgica.

A voz das árvores

Será que as árvores influenciam a inspiração do escritor?, perguntaram a Cayce; ele respondeu: Sim, influenciam-na! Na sua casa e na casa da maioria das pessoas[3]... Eis porque se imagina sempre os escritores debaixo de um coqueiro (à beira de uma lagoa azul!). Para me conformar à imagem de marca, escrevi, portanto, muito debaixo de árvores.

Éric e Marguerite de Mévius emprestaram-me o seu salgueiro centenário, à beira do lago. Frances Pellenc, Jean-Noël e Francine Turcat, os seus castanheiros-da-Índia da avenida Gabriel, em Paris (à beira do Sena!). Jacqueline Beau de Loménie tinha até uma bananeira para me oferecer, junto ao Atlântico, na ilha de Oléron: como isso nos aproximava muito do coqueiro de serviço, foi aí que escrevi as minhas melhores páginas.

Luc e Michèle Bourcoud tinham, de facto, uma palmeira no seu jardim, em Lausana... Mas quando cheguei, o inverno tinha-a gelado! Isso não me impediu de trabalhar à beira do Léman, onde os espíritos do lago, muito ativos, já inspiraram tantos escritores. Em Gstaad, na montanha, Elizabeth Reuteler e Monique Isola emprestaram-me os seus abetos — são árvores muito faladoras, que têm muitas histórias para contar (como as da floresta vienense, de que Johann Strauss se fez intérprete).

Entretanto, eu tinha descoberto em Paris um pequeno hotel à antiga, com vista para um jardim interior. O Sr. Janin, o proprietário, assistido por Hélène

Cherruy, velava com amor pela única árvore do local: um «acer pseudoplatanus» (bordo-sicómoro), que abrigava dezenas de aves canoras. («Temos um contrato de trabalho com os melros assobiadores, disse-me ele: nós alimentamo-los e eles cantam para os nossos clientes.») Os melros do hotel de Varenne cantaram muito para mim!...

Por fim, outros amigos muito fiéis, Bertrand e Roselyne de Guillebon, emprestaram-me toda uma floresta para nela meditar: foi no Jura, à beira do Loue, onde os espíritos da Natureza ainda são muito ativos (há pouca gente e nenhum betão!).

Muitos dos meus amigos e amigas mais próximos acreditaram na filosofia de Cayce e apoiaram-me: o almirante Kerros e a sua mulher Anne, que me ajudaram a fotocopiar as «Leituras» de Cayce em Virginia Beach; Geneviève Galliford, cônsul de França lá e amiga sempre fiel. E todos aqueles cuja simpatia ativa me permitiu continuar a trabalhar nesta via pioneira — portanto, inevitavelmente bastante difícil: Madeleine Fattal, Simone Brousse, Jacques Masson-Deblaize, Dominique Bruneau-Laborde, Jean-Yves Mock, Catherine Dreyfus-Soguel, Michel Buthaud, Jean-Baptiste Trouplin, que acompanha atentamente as tiragens dos meus livros na Robert Laffont, encorajando-me amistosamente.

(Na edição, pode sempre ver-se o copo meio cheio ou meio vazio; alguns editores dizem aos seus autores: «Trinta mil exemplares? Isso não é realmente grande coisa, desiludiu-nos!» Outros: «Trinta mil? Bravo, continue, iremos até aos cem mil!»)

Não queria esquecer outros amigos que me são queridos: Hugues de Bonardi, Patrick Mazery, o Dr. Gérard Pilloud, o meu primo Pierre de Bizemont, Dominique Bourlet, Louis e Pomme Viel, o Dr. Cyrille Blum, Patricia Delorme, Jeanne Mézy, Guy Deschars e Simone Caillot-Nail, Catherine Lardet, Alix Hussain, Yvane Guichaoua, Guy Dhorbait, Marie-France de Rose, Gérard e Claude Métrailler, Verena Moser... ajudaram-me tanto que nem sei como lhes agradecer. Todos os que acabei de citar têm um ponto comum impressionante: são pessoas que têm a rara coragem de apoiar um pensamento que ainda é desaprovado pela Universidade!

Entre eles, o meu editor Robert Laffont: «Há mais de vinte anos, disse-me ele, que conheço Edgar Cayce. Cayce é sólido, é seguro! E há mais de vinte anos que procuro alguém que me faça um livro temático, isto é, um livro de síntese que apresente ao nosso público os diferentes temas da sua obra.»

Eu tinha-lhe apresentado uma espécie de «refeição completa» num só volume, que comportava vários aspetos: o aspeto terapêutico do pensamento de Cayce (medicina holística), o seu aspeto filosófico (a «Lei do Um» e as suas aplicações), a sua visão histórica (a reencarnação como chave da História) e, por fim, o seu tema favorito: o desenvolvimento metódico das faculdades «psi».

A obra, publicada com o título: *O Universo de Edgar Cayce*, foi um sucesso tal que os meus leitores e leitoras pediram um Tomo II. E eis finalmente, ainda para responder àqueles (cada vez mais numerosos) que mo pedem, um Tomo III. Seguindo a mesma linha, inclui:

1. uma parte de Filosofia, que trata de um tema extremamente novo e, no entanto, muito antigo: os «espíritos da Natureza»;

2. uma parte de História (História «psi» integrando a reencarnação), a partir de leituras de Cayce relativas à França, à Suíça, à Alsácia e à Lorena, que até hoje ninguém tinha ainda estudado;

3. uma parte de Saúde (a função terapêutica dos alimentos).

I
EDGAR CAYCE E
OS ESPÍRITOS DA NATUREZA

Edgar Cayce não pára de me surpreender! Esta forma que tem de fazer novo com o velho... De no-lo voltar a servir para o transformar em *New Age*!

Os «espíritos da Natureza», por exemplo. Claro que ele não os inventou. Era o pão de cada dia dos nossos antepassados gauleses. Mas tudo isso desapareceu com Merlin, o Encantador, e a Floresta de Brocéliande.

Ora eis o nosso Edgar a vir afirmar-nos que tudo isto é verdade! Que é preciso acreditar nas fadas. Alguns terão dificuldade em segui-lo. Tenho entre os meus amigos pessoas sensatas que me dizem: «O teu profeta de Virginia Beach é um guru louco! O que ele diz é absurdo!» E depois os meses, os anos passam e os acontecimentos (que se comportam de forma verdadeiramente pouco razoável!) dão razão a Cayce.

Um exemplo muito pequeno: essa famosa Guerra do Golfo. Quando traduzi a leitura 3976-26, em que Cayce anunciava «que rebentariam guerras neste período» e que era preciso «vigiar o Golfo», eu não via mesmo como. Para mim, o golfo Pérsico era "lá ao longe", no azul... Ora a profecia revelou-se exata.

Outro exemplo: a Atlântida. Cayce foi dos primeiros a anunciar o seu ressurgimento, tanto no plano cultural como no plano geográfico. Se este último ponto ainda não está confirmado (ainda não se encontrou uma prova física indiscutível da existência de Poséidia — à parte o muito misterioso «Muro de Bimini»), no plano cultural ele viu bem. Há um regresso em força da Atlântida; toda a gente fala disso! No número «especial New Age» do *Canard enchaîné*, de que já falei, um capítulo intitula-se (com pertinência!):

«A Atlântida, um continente não perdido para toda a gente»,

fazendo alusão à exploração descarada deste tema por certos meios de comunicação (abutres que pilham sem vergonha as leituras de Cayce... na minha tradução!).

O meu «profeta louco» de Virginia Beach tinha, portanto, pressentido perfeitamente aquilo que viria a agitar os espíritos setenta anos após a sua morte. (E, quanto à Atlântida, isto mal começou!) O grande público, tal como os universitários, não poderá eternamente fechar as grandes orelhas a certas músicas. Uma sorte para Cayce: a Inquisição já não queima profetas. Nem videntes, nem zarolhos, nem corcundas, nem coxos, nem estrábicos, nem estéreis, e outros pobres diabos com «b», supostos a balir com Belzebu!

Os espíritos da Natureza estão em todo o lado

Alguns dos meus leitores farão a pergunta: os «espíritos da Natureza»? O que é isso?

A expressão abrange, de um modo geral, todas essas «manifestações» insólitas, essas «personagens» mais ou menos míticas chamadas, nas nossas terras rurais: fadas, *korrigans*, elfos, gnomos, goblins, marmousets, salamandras... Incluindo todos aqueles com que conviviam Gregos e Latinos (muito melhores conhecedores do que nós): ninfas, ondinas, náiades, tritões, dríades, faunos, sátiros, etc., de que terei ocasião de voltar a falar em detalhe um pouco mais adiante.

Na leitura que se segue, Cayce fala de um homem que se relacionava com as fadas, na Escócia. Nesse país, como na Irlanda, no País de Gales, na Cornualha (e entre nós, na Bretanha, na Auvérnia...), a tradição celta de respeito pelo mundo das fadas durou mais tempo; o ensinamento dos Druidas sobre os espíritos da Natureza não foi aí esquecido:

Antes desta vida, a entidade vivia em terras escocesas (...) Era alguém muito versado na colaboração com o mundo invisível, com as energias elementares. Estava em relação com as fadas, com todos esses seres que não se

exprimem sob uma forma material e que só aqueles que estão ligados ao Infinito conseguem entrever. (Leitura 2547-1)

A entidade — *the entity*, como diz Cayce — é esse rapazinho de onze anos de que já falei em *As Profecias de Edgar Cayce*. Várias vezes já avisara os pais da chegada de um ciclone antes de alguém o poder detetar (sabe-se que os ciclones são a praga das costas tropicais, em particular as do sudeste dos Estados Unidos).

Cayce, na leitura, fala das características invulgares desta criança, uma «alma velha» muito excecional, pois teria sido a personagem bíblica de Noé numa vida anterior. Diz ainda aos pais:

Nunca lhe façam perguntas sobre a fonte das suas informações!

... Pois a criança aprende as coisas através dos espíritos da Natureza, e poderia ser muito angustiante para ela sentir-se obrigada a explicá-lo. Tal como Cayce dirá a propósito das suas próprias recordações de juventude:

São experiências que foram essenciais para mim e têm um caráter demasiado sagrado para que se possa falar delas. Isso pareceria um sacrilégio.

O que não impede Cayce de recomendar aos pais:

Não lhe deem a impressão de que é diferente dos outros.
(Mesma leitura)

Os espíritos da Natureza pertencem ao folclore de todos os países, e não apenas ao mundo celta que foi o nosso, na «Gália cabeluda», nas ilhas Britânicas, nas florestas profundas da Germânia e nos fiordes escandinavos... Por exemplo, em país muçulmano acredita-se nos «Djnouns», designação geral que abrange toda a espécie de entidades invisíveis, desde fantasmas humanos e animais até duendes. «Há um djinn que se meteu no meu trator», dizia este operário marroquino ao patrão para explicar a avaria mecânica.

O diretor da exploração agrícola em questão, universitário parisiense vindo da École Normale Supérieure, contava-me o episódio como um exemplo típico de «pensamento pré-lógico», que, segundo ele, era a desgraça dos povos do Terceiro Mundo em geral e dos Berberes marroquinos em particular. Hoje digo para comigo que não é com uma palavra erudita que se vão explicar as coisas, e que a crença nos «Djnouns» seguramente não é responsável — como se pretende na rue d'Ulm — pelo atraso tecnológico do Magrebe.

Na verdade, é universal. Se o cristianismo (ou pelo menos a sua interpretação desajeitada) se esforçou por arrancar pela raiz a fé nesses

espíritos, nunca o conseguiu por completo. Nas nossas aldeias, há cem anos, ainda se falava com as fadas... E mesmo na minha infância na Bretanha (era o pós-guerra), as avós ainda acreditavam nelas. À lareira, contavam-se muitas histórias de pessoas que tinham visto *korrigans*, fadas, duendes. Para mim, enquanto pequena, era arquinatural. Sei que brinquei com eles — mas uma espécie de censura da minha memória (devida aos meus anos de universidade?) impede-me de recuperar imagens precisas. Conservo apenas uma sensação muito forte de recordação, num jardim encantado, no golfo do Morbihan. O que tornava o jardim «encantado» eram precisamente essas presenças mágicas. Por volta dos sete ou oito anos, lembro-me de ter chorado de indignação ao ler um livro abominável que dizia que as fadas não existiam!

Uma das minhas grandes alegrias, ao explorar as leituras de Edgar Cayce, foi descobrir que ele também acreditava na existência desses seres «invisíveis». Estou certa de que muitos dos meus leitores tiveram experiências de que não ousam falar a ninguém. Ficarão muito felizes ao constatar que não são assim tão loucos como lhes disseram...

SENHOR CAYCE, O QUE É QUE SE CHAMA «DUENDES»?
— São entidades que não entraram numa forma material; já se manifestaram diante de si e, por vezes, ainda se manifestam diante de si! (Leitura 1265-3)

Um pequeno povo preciso e organizado

Como dizem os ingleses *the little people* («o pequeno povo»), são esses espíritos da Natureza universalmente disseminados pelo planeta.

Para os que não os conhecem, é tudo muito vago: duendes, elfos, fadas, põe-se tudo no mesmo saco. Enganam-se: nem toda a gente faz qualquer coisa neste pequeno mundo que, por ser invisível, não é menos hierarquizado.

Antes de mais, sabe-se — a Tradição diz! — que estes espíritos têm campos de ação muito diferentes; as suas formas estão adaptadas ao elemento onde vivem:

— as fadas e os elfos, tal como os silfos, vivem no elemento Ar,
— os gnomos, os duendes, no elemento Terra,
— as ondinas, as ninfas, no elemento Água,
— as salamandras, no elemento Fogo.

Como diz Cayce:

Os gnomos, os duendes, as fadas, os *korrigans* não são «elementais». São entidades feitas de elementos que são, enquanto entidades, tão precisamente definidas como os seres humanos que vivem no mundo material. (Leitura 1265-3)

Os elementais de que Cayce fala designam correntes vibratórias, «egregores» de vibrações não personalizadas. Em certos lugares, os «egregores do baixo astral» são acumulações de ondas pesadas, de vibrações muito baixas, resultantes de emoções e atos destrutivos. Por exemplo, numa casa maculada por um homicídio, o ar que se respira, as paredes, os móveis ficam impregnados de negatividade.

Não se trata de seres propriamente ditos, de «entidades», como diz Cayce, mas de acumulações vibratórias. Roger de Lafforest (de quem voltarei a falar mais adiante) contribuiu muito para dar a conhecer estes fenómenos[7] e apresentou exemplos nos seus livros. Ensina técnicas para limpar esses egregores, que Louis Viel utiliza em geobiologia a fim de aliviar a vida quotidiana dos vivos, perturbada por tais focos negativos. Não confundir com os quatro elementos Água, Terra, Fogo, Ar, formas sob as quais se apresentam as moléculas de matéria de que é feita a vida terrestre.

Na leitura acima, Cayce afirma, portanto, que os «espíritos da Natureza» são feitos da mesma matéria que nós, isto é, dos quatro elementos, mas estruturados segundo um modo vibratório diferente. Eis um texto muito interessante de sir Arthur Conan Doyle (de quem voltaremos a falar mais adiante), que tenta explicar de modo científico a existência de um mundo «invisível» aos nossos olhos:

«É difícil para o espírito humano aceitar (...) a existência, à superfície deste planeta, de uma população talvez tão numerosa como a raça humana, que prossegue a sua estranha atividade à sua maneira, separada de nós apenas por um nível vibratório diferente. Pois só vemos os objetos dentro dos limites das cores do espectro que é o nosso, ao passo que, para além, existem ao infinito vibrações coloridas que não podemos ver[8]. Se concebemos que possa existir uma raça de seres, compostos de matéria, cujas ondas demasiado curtas ou demasiado longas não podem, por essa razão, ser percecionadas por nós, esses seres seriam invisíveis para nós, a menos que pudéssemos, nós próprios, colocar-nos no mesmo comprimento de onda — ou adaptá-lo ao nosso. »

«É exatamente, aliás, nisso que consiste a mediunidade: o médium é capaz de modificar as suas vibrações para se colocar noutros comprimentos de onda.»

Esta explicação por uma diferença de nível vibratório é muito moderna; e, no entanto, está escrita em 1922, numa época em que, salvo alguns pioneiros, se

via a matéria apenas como uma justaposição de corpúsculos, negligenciando o facto de que cada um deles está constantemente animado por um movimento vibratório, uma onda. Pois tudo é vibração, diz Cayce[9]. O comprimento de onda que caracteriza o nível vibratório determina, assim, o estado material de qualquer fenómeno, de qualquer objeto, de qualquer ser visível ou invisível. Este texto de sir Arthur Conan Doyle é extraído da introdução à sua célebre obra *The Coming of the Fairies*, de que iremos agora falar.

1. As fadas estão de volta

The Coming of the Fairies: o título deste livro-acontecimento de sir Arthur Conan Doyle ganha hoje, setenta anos mais tarde, um sentido profético: poderia traduzir-se mais justamente por *O Regresso das Fadas*. Elas regressam à nossa cultura, de onde tinham sido excluídas, no século passado, pela Universidade...

Uma das leitoras de Cayce, sabendo que ele tinha brincado com as fadas quando era criança, quis saber mais. Eis a sua carta, escrita em 1933:

«Caro senhor Cayce,
A minha filha mais velha, para quem o senhor fez a leitura 2144, pediu-me que lhe colocasse perguntas sobre um domínio que, creio, o senhor conhece bem. Há algum tempo, numa das suas cartas, tinha-me dito que as pessoas o achavam estranho em criança, porque falava com companheiros de brincadeira invisíveis (...). Ora, a minha filha trouxe da biblioteca um livro de sir Arthur Conan Doyle, intitulado *The Coming of the Fairies*. Este livro contém fotografias de fadas e de pessoas que as viram, bem como as suas descrições. A maior parte dessas pessoas eram médiuns, ao que me parece. Se tiver tempo de me escrever e se isso lhe interessar, gostaria que me contasse algumas das suas experiências sobre este assunto.»
(Dossiê das leituras 464)

As fotografias de Cottingley (*The Cottingley photographs*)

Este livro de que fala a correspondente de Cayce foi um enorme sucesso quando saiu em Inglaterra. Levantou polémicas gigantescas: seriam as incríveis fotografias de fadas nele incluídas falsificadas? Essas silhuetas transparentes que apareciam sobrepostas à folhagem das árvores seriam «verdadeiras» ou simplesmente o resultado de uma falsificação habilidosa?

Sir Arthur Conan Doyle, a mais alta autoridade inglesa da época em matéria de parapsicologia, investigara no local. E concluíra que era verdade. Publicou, assim, essas fotos, com os seus comentários e o resultado do seu inquérito. É esse o livro — extraordinário! — de que fala a correspondente de Cayce.

Eu própria li esse livro — com um enorme espanto. De imediato tive «o choque», a convicção interior de que aquelas fotos eram autênticas. E, no entanto, na Fundação Cayce eu só tinha lido uma edição recente, muito «expurgada». Quando o meu amigo Hugo de Bonardi me emprestou a primeira edição, que continha testemunhos diretos muito mais fantásticos ainda, tornou-se para mim evidente: era VERDADE. As duas meninas que afirmavam ter visto as fadas e brincado com elas não mentiam! (Vê-se nas fotos a preto e branco que essas meninas tinham uma aura muito bonita... nada a ver com a do embuste.)

Chamavam-se Elsie e Frances, eram primas e viviam em Cottingley, aldeia do Yorkshire, no norte de Inglaterra. Há anos que contavam aos pais que brincavam com as fadas num pequeno vale atrás da casa. Até aí, nada de muito estranho para meninas inglesas: em Inglaterra admite-se que as crianças acreditem em fadas e que isso é bom assim... E quanto mais se sobe em direção à Escócia e ao País de Gales, mais se encontram adultos que confessam, sem falsa vergonha, que acreditam nas fadas! Por lá, toda a gente conhece alguém que viu uma (pelo menos)!

Quando eu tinha seis anos, vivia no Cairo, no Egito, onde os meus pais me tinham colocado numa escola inglesa. E aí, o *best-seller* que batia todos os recordes de leitura nas turmas infantis era uma banda desenhada sobre as aventuras... de uma fada! As crianças da colónia inglesa do Cairo viviam à espera do correio, que lhes trazia todos os meses a sua BD élfica... tão excitante para elas como Tintin, Astérix e Snoopy misturados (algo que não se imagina nos jardins de infância em França!). Na civilização inglesa, o interesse pelas fadas não desaparece de modo nenhum com a infância: os leitores de *O Senhor dos Anéis* (*The Lord of the Rings*) contam uma maioria de adultos consentidos...

Um dia, o Sr. Wright, pai de Elsie, uma das «adolescentes» da nossa história, leva para casa uma caixa mágica: uma máquina fotográfica! Elsie, teimosa como uma mula, repete manhã e noite ao seu querido papá: «Empresta-nos o aparelho para irmos fotografar as nossas amigas fadas!» O pai é cético. Mas, magnânimo, acaba por confiar o precioso engenho às duas raparigas, com uma chapa (na época, ainda não havia rolos). As raparigas partem encantadas e regressam à noite, excitadas como pulgas: as fadas tinham comparecido ao encontro! Tínhamos tirado uma foto! O querido papá, ainda cético, não tem pressa; arrasta-se durante seis meses antes de revelar a chapa.

Depois, um dia, decide-se. E é o choque: na fotografia aparecem as silhuetas das fadas a dançar à volta de Frances. Estupefacto, o Sr. Wright mostra-a aos pais e aos vizinhos. Alguns acham que é falsificada. Ele fala disso ao fotógrafo local, que é categórico: «Esta fotografia, senhor, é autêntica: nós não

temos, neste momento, como bem imagina, meios técnicos para fazer uma falsificação dessas!»

O pai volta para casa cada vez mais perplexo — e empresta de novo a máquina às raparigas, desta vez com uma provisão de chapas. Novas fotografias de fadas, bem conseguidas... E é então que intervém sir Arthur Conan Doyle. Ele toma conhecimento da existência dessas fotos através de uma amiga da prima do pai. Investiga... Manda peritar as fotografias nos melhores laboratórios de Londres, que, unanimemente, lhe dizem que não há qualquer vestígio de falsificação. Então publica o seu inquérito, e é um sucesso imenso em toda a Inglaterra.

Nessa época, sir Arthur Conan Doyle é extremamente célebre, tanto como escritor como fundador da famosa Sociedade de Estudos Espiritualistas. Mas não é só essa celebridade: há o *scoop* — é a primeira reportagem sobre as fadas, que finalmente consentiram em deixar-se entrevistar... e fotografar a preto e branco!

Depois os anos passam, as meninas crescem e — como sempre — são perseguidas. Elas e as suas famílias só têm um desejo: que as esqueçam! O livro conhece um grande número de reedições, cada vez mais insípidas, expurgadas pouco a pouco da maior parte dos pormenores «vividos».

Alguns criticam vivamente as fotos, argumentando que as fadas que nelas se veem têm um «ar moderno». E é verdade: são muito elegantes, no estilo parisiense dos anos vinte! (Ao passo que Elsie e Frances, essas, estão embrulhadas em roupas sem forma nem estilo, como duas adolescentes provincianas do seu tempo.)

Que as fadas apareçam como um milagre de elegância moderna — será isso realmente impossível? Será prova de impostura? Porque haveriam de ter um traje de outra época? Maurice Magre, que estudou muito a questão, responde:

«Os espíritos da Natureza (...) tomam a aparência dos homens que estão habituados a ver. As lendas representam os *kobolds* vestidos com um tecido castanho, com um capuz, semelhante ao traje dos camponeses da Idade Média. As fadas aparecem como a jovem do povoado ou a do castelo. Se alguma alma de árvore, vencendo a sua natureza medrosa, ousasse hoje sair da sua envoltura de casca, teria sem dúvida luvas e óculos de automobilista!»

Cayce dirá mais tarde:

E vão perguntar-me como estavam vestidos. Mas eram rapazes e raparigas. Sou incapaz de descrever em detalhe as suas roupas (...) Eu nem sequer pensava que fossem diferentes de mim (...)

Outros testemunhos vão exatamente no mesmo sentido. Por exemplo, o da minha amiga Anne Denieul, escritora e socióloga:

«Eu não acreditava particularmente na existência das fadas (...). Tinha ouvido falar delas como de uma realidade indiscutível nos círculos ingleses de feitiçaria ritual e num grupo de xamanistas que eu frequentava então. Mas quando, na floresta, as minhas companheiras, ao menor nevoeiro, exclamavam ver um Gnomo, um Deva ou uma pagoda chinesa, eu, pela minha parte, não conseguia discernir senão uma nuvem, ou nevoeiro, nada mais. Eu pensava que este pequeno mundo do plano etérico pertencia ao imaginário e que encontrava o seu lugar, de uma maneira ou de outra, entre os arquétipos do inconsciente coletivo do Ocidente, que é, como se sabe, um verdadeiro bricabraque.

«Mas um belo dia comecei a "ver" (...). Via como em filigrana, não necessariamente a preto e branco, uma entidade a duas dimensões, sem espessura — ou até a ideia dessa entidade — que eu verbalizava de imediato, com uma rapidez fulgurante. Eu reconhecia, nomeava, a imagem desfazia-se (...).

«Foi então o que me aconteceu numa manhã de primavera, um dia antes do São João de verão. Tinha ido xamanizar na véspera a uma floresta perto de Paris e preparava-me para regressar à casa onde então me hospedava (...). Encontrava-me prosaicamente na cozinha, a preparar o meu pequeno-almoço, quando vi à altura do meu rosto um ser muito pequeno, não maior do que a mão, vestido com um corpete e uma encantadora minissaia, com grandes cabelos e asas transparentes, que tinham da borboleta a forma e da libélula a textura. Sentada num assento invisível, com as pernas graciosamente dobradas, os joelhinhos juntos, calçada com requinte, chorava em grandes soluços...»

A fada que Anne Denieul descreve aqui não fica atrás em elegância parisiense: «uma encantadora minissaia», diz a nossa socióloga. Não apareceu, portanto, em traje de pastora Luís XV, nem em ninfa greco-romana com um peplos pregueado — mas em traje contemporâneo! Este testemunho parece-me ainda mais interessante por a sua autora ser uma universitária culta do século XX. Conhecendo-a, estou certa de que se trata de uma experiência autêntica[12]:

«Desapareceu bastante depressa, mas voltei a vê-la várias vezes durante a minha viagem e depois na casa, ao longo de alguns dias, como se me tivesse seguido. Já não chorava, contudo. Via-a leve, aérea, minúscula, desenhada com

traços luminosos como fios da Virgem, movendo-se num espaço que me parecia ser o do sonho. Mas, sempre cética, eu não ousava reconhecê-la pelo que era.

«Depois deixei de a ver. Pensei nela. A sua presença tinha sido suficientemente precisa, suficientemente repetida, para desafiar o ridículo de falar disso a um homem da arte. Contei-lhe a minha aventura. Ele confirmou-me, como evidência natural, quase banal, aquilo que, no fundo, eu sabia: eu tinha trazido uma fada da floresta sem me aperceber, e ela soluçava por se encontrar longe de casa. Só que eu devia ter tido mais consideração por ela, alimentá-la, depositar na janela do meu quarto pequenos presentes para ela: leite, mel, frutos da época, que lhe teriam mostrado amizade, talvez a tivessem retido, em todo o caso consolado. Eu deixara-a partir estupidamente, e era pena: não soubera aproveitar a minha sorte.

«Eu só estava meio convencida quando, a passear numa livraria, descobri o livro de Th. Gardner sobre o assunto.» (Trata-se do livro de que acabei de falar acima: *The Coming of the Fairies*, assinado na primeira versão por sir Arthur Conan Doyle, com Th. Gardner como coautor.) Sempre o mesmo livro, com o seu efeito de choque sobre todos os que o leem! Um livro que:

«trazia a prova da realidade destes seres de lenda ao publicar autênticas fotografias de fadas — as primeiras. Não tive dificuldade em reconhecer a minha pequena companheira de ontem. Eu não tinha, portanto, sonhado, nem delirado, nem tampouco projetado alguma imagem do meu inconsciente, armazenada sem eu saber. O que me aparecera, e que a película vinha confirmar, era tão preciso, tão semelhante, que eu não o podia inventar. Já nada tinha a ver com as ilustrações dos contos da minha infância, por mais encantadoras que fossem, que, quando muito, poderiam ter alimentado os clichés que me ocorreram. A pequena entidade que eu tivera o privilégio de entrever era, pois, de facto, uma dessas rainhas do mundo elemental. Não estou prestes a esquecê-la!»

Roger de Lafforest continua, apresentando um outro testemunho. E, coisa extraordinária, trata-se também de alguém que eu conheço — e cuja honestidade não posso pôr em causa. É a sobrinha da minha amiga Marguerite de Limbourg-Stirum, pintora e autora dos retratos que adornam a capa de alguns dos meus livros. A sobrinha de Marguerite, Catherine, que muitas vezes vi em Bruxelas, é também pintora. Ela recebeu Roger de Lafforest, que relata assim o encontro:

«É exatamente nisso, aliás, que consiste a mediunidade: o médium é capaz de modificar as suas vibrações para se colocar noutros comprimentos de onda.»

Esta explicação por uma diferença de nível vibratório é muito moderna; e, no entanto, está escrita em 1922, numa época em que, salvo alguns pioneiros, se via a matéria apenas como uma justaposição de corpúsculos, negligenciando o facto de que cada um destes está constantemente animado por um movimento vibratório, uma onda. Pois tudo é vibração, diz Cayce. O comprimento de onda que caracteriza o nível vibratório determina, assim, o estado material de qualquer fenómeno, de qualquer objeto, de qualquer ser visível ou invisível. Este texto de sir Arthur Conan Doyle é extraído da introdução à sua célebre obra *The Coming of the Fairies*, de que iremos agora falar.

1. As fadas estão de volta

The Coming of the Fairies: o título deste livro-acontecimento de sir Arthur Conan Doyle ganha hoje, setenta anos mais tarde, um sentido profético: poderia traduzir-se mais justamente por *O Regresso das Fadas*. Elas regressam à nossa cultura, de onde tinham sido excluídas no século passado pela Universidade...

Uma das leitoras de Cayce, sabendo que ele tinha brincado com as fadas quando era criança, quis saber mais. Eis a sua carta, escrita em 1933:

«Caro senhor Cayce,
A minha filha mais velha, para quem o senhor fez a leitura 2144, pediu-me que lhe colocasse perguntas sobre um domínio que, creio, o senhor conhece bem. Há algum tempo, numa das suas cartas, tinha-me dito que as pessoas o achavam estranho em criança, porque falava com companheiros de brincadeira invisíveis (...). Ora, a minha filha trouxe da biblioteca um livro de sir Arthur Conan Doyle, intitulado *The Coming of the Fairies*. Este livro contém fotografias de fadas e de pessoas que as viram, bem como as suas descrições. A maior parte dessas pessoas eram médiuns, ao que me parece. Se tiver tempo de me escrever, e se isso lhe interessar, gostaria que me contasse algumas das suas experiências sobre este assunto.»
(Dossiê das leituras 464)

As fotografias de Cottingley (*The Cottingley photographs*)

Este livro de que fala a correspondente de Cayce foi um enorme sucesso quando saiu em Inglaterra. Levantou polémicas gigantescas: seriam as incríveis fotografias de fadas nele incluídas falsificadas? Essas silhuetas transparentes que apareciam sobrepostas à folhagem das árvores seriam «verdadeiras» ou simplesmente o resultado de uma falsificação habilidosa?

Sir Arthur Conan Doyle, a mais alta autoridade inglesa da época em matéria de parapsicologia, investigara no local. E concluíra que era verdade. Publicou,

assim, essas fotos, com os seus comentários e o resultado do seu inquérito. É esse o livro — extraordinário! — de que fala a correspondente de Cayce.

Eu própria li esse livro — com um enorme espanto. De imediato tive «o choque», a convicção interior de que aquelas fotos eram autênticas. E, no entanto, na Fundação Cayce, eu só tinha lido uma edição recente, muito «expurgada». Quando o meu amigo Hugo de Bonardi me emprestou a primeira edição, que continha testemunhos diretos muito mais fantásticos ainda, tornou-se para mim evidente: era VERDADE. As duas meninas que afirmavam ter visto as fadas e brincado com elas não mentiam! (Vê-se nas fotos a preto e branco que essas meninas tinham uma aura muito bonita... nada a ver com a do embuste.)

Chamavam-se Elsie e Frances, eram primas e viviam em Cottingley, aldeia do Yorkshire, no norte de Inglaterra. Há anos que contavam aos pais que brincavam com as fadas num pequeno vale atrás da casa. Até aí, nada de muito estranho para meninas inglesas: em Inglaterra admite-se que as crianças acreditem em fadas e que isso é bom assim... E quanto mais se sobe em direção à Escócia e ao País de Gales, mais se encontram adultos que confessam, sem falsa vergonha, que acreditam nas fadas! Por lá, toda a gente conhece alguém que viu uma (pelo menos)!

Quando eu tinha seis anos, vivia no Cairo, no Egito, onde os meus pais me tinham colocado numa escola inglesa. E aí, o *best-seller* que batia todos os recordes de leitura nas turmas infantis era uma banda desenhada sobre as aventuras... de uma fada! As crianças da colónia inglesa do Cairo viviam à espera do correio, que lhes trazia todos os meses a sua BD élfica... tão excitante para elas como Tintin, Astérix e Snoopy misturados (algo que não se imagina nos jardins de infância em França!). Na civilização inglesa, o interesse pelas fadas não desaparece de modo nenhum com a infância: os leitores de *O Senhor dos Anéis* (*The Lord of the Rings*) contam uma maioria de adultos consentidos...

Um dia, o Sr. Wright, pai de Elsie, uma das «adolescentes» da nossa história, leva para casa uma caixa mágica: uma máquina fotográfica! Elsie, teimosa como uma mula, repete manhã e noite ao seu querido papá: «Empresta-nos o aparelho para irmos fotografar as nossas amigas fadas!» O pai é cético. Mas, magnânimo, acaba por confiar o precioso engenho às duas raparigas, com uma chapa (na época, ainda não havia rolos). As raparigas partem encantadas e regressam à noite, excitadas como pulgas: as fadas tinham comparecido ao encontro! Tínhamos tirado uma foto! O querido papá, ainda cético, não tem pressa; arrasta-se durante seis meses antes de revelar a chapa.

Depois, um dia, decide-se. E é o choque: na fotografia aparecem as silhuetas das fadas a dançar à volta de Frances. Estupefacto, o Sr. Wright mostra-a aos pais e aos vizinhos. Alguns acham que é falsificada. Ele fala disso ao fotógrafo local, que é categórico: «Esta fotografia, senhor, é autêntica: nós não temos, neste momento, como bem imagina, meios técnicos para fazer uma falsificação dessas!»

O pai volta para casa cada vez mais perplexo — e empresta de novo a máquina às raparigas, desta vez com uma provisão de chapas. Novas fotografias de fadas, bem conseguidas... E é então que intervém sir Arthur Conan Doyle. Ele toma conhecimento da existência dessas fotos através de uma amiga da prima do pai. Investiga... Manda peritar as fotografias nos melhores laboratórios de Londres, que, unanimemente, lhe dizem que não há qualquer vestígio de falsificação. Então publica o seu inquérito, e é um sucesso imenso em toda a Inglaterra.

Nessa época, sir Arthur Conan Doyle era extremamente célebre, tanto como escritor como fundador da famosa Sociedade de Estudos Espiritualistas. Mas não é só essa celebridade: há o *scoop* — é a primeira reportagem sobre as fadas, que finalmente consentiram em deixar-se entrevistar... e fotografar a preto e branco!

Depois os anos passam, as meninas crescem e — como sempre — são perseguidas. Elas e as suas famílias só têm um desejo: que as esqueçam! O livro conheceu um grande número de reedições, cada vez mais insípidas, expurgadas pouco a pouco da maior parte dos pormenores «vividos».

Alguns criticam vivamente as fotos, argumentando que as fadas que nelas se veem têm um «ar moderno». E é verdade: são muito elegantes, no estilo parisiense dos anos vinte! (Ao passo que Elsie e Frances, essas, estão embrulhadas em roupas sem forma nem estilo, como duas adolescentes provincianas do seu tempo.)

Que as fadas apareçam como um milagre de elegância moderna, será isso realmente impossível? Será prova de impostura? Porque haveriam de ter um traje de outra época? Maurice Magre, que estudou muito a questão, responde:

«Os espíritos da Natureza (...) tomam a aparência dos homens que estão habituados a ver. As lendas representam os kobolds vestidos com um tecido castanho, com um capuz, semelhante ao traje dos camponeses da Idade Média. As fadas aparecem como a jovem da aldeia ou a do castelo. Se alguma alma de árvore, vencendo a sua natureza medrosa, ousasse hoje sair da sua envoltura de casca, teria sem dúvida luvas e óculos de automobilista!»

Cayce dirá mais tarde:

E vão perguntar-me como estavam vestidos. Mas eram rapazes e raparigas. Sou incapaz de descrever em detalhe as suas roupas (...) Eu nem sequer pensava que fossem diferentes de mim (...)

Outros testemunhos vão exatamente no mesmo sentido. Por exemplo, o da minha amiga Anne Denieul, escritora e socióloga:

«Eu não acreditava particularmente na existência das fadas (...). Tinha ouvido falar delas como de uma realidade indiscutível nos círculos ingleses de feitiçaria ritual e num grupo de xamanistas que eu frequentava então. Mas quando, na floresta, as minhas companheiras, ao menor nevoeiro, exclamavam ver um Gnomo, um Deva ou uma pagoda chinesa, eu, pela minha parte, não conseguia discernir senão uma nuvem, ou nevoeiro, nada de mais. Eu pensava que este pequeno mundo do plano etérico pertencia ao imaginário e que encontrava o seu lugar, de uma maneira ou de outra, entre os arquétipos do inconsciente coletivo do Ocidente que é, como se sabe, um verdadeiro bricabraque.

«Mas um belo dia comecei a "ver" (...). Via como em filigrana, não necessariamente a preto e branco, uma entidade a duas dimensões, sem espessura — ou mesmo a ideia dessa entidade — que eu verbalizava de imediato com uma rapidez fulgurante. Eu reconhecia, nomeava, a imagem desfazia-se (...).

«Foi então o que me aconteceu numa manhã de primavera, um dia antes do São João de verão. Tinha ido xamanizar na véspera a uma floresta perto de Paris e preparava-me para regressar à casa onde então me hospedava (...). Encontrava-me prosaicamente na cozinha, a preparar o meu pequeno-almoço, quando vi à altura do meu rosto um serzinho muito pequeno, não maior do que a mão, vestido com um corpete e uma encantadora minissaia, com grandes cabelos e asas transparentes, que tinham do borboleta a forma e da libélula a textura. Sentada num assento invisível, com as pernas graciosamente dobradas, os joelhinhos juntos, calçada com requinte, chorava em grandes soluços...»

A fada que Anne Denieul descreve aqui não fica atrás em elegância parisiense: «uma encantadora minissaia», diz a nossa socióloga. Não apareceu, portanto, em traje de pastora de Luís XV, nem em ninfa greco-romana com um peplos pregueado — mas em traje contemporâneo! Este testemunho parece-me ainda mais interessante por a sua autora ser uma universitária culta do século XX. Conhecendo-a, estou certa de que se trata de uma experiência autêntica:

«Desapareceu bastante depressa, mas voltei a vê-la várias vezes durante a minha viagem e depois na casa, ao longo de alguns dias, como se me tivesse seguido. Já não chorava, contudo. Via-a leve, aérea, minúscula, desenhada com traços luminosos como em fios da Virgem, movendo-se num espaço que me parecia ser o do sonho. Mas, sempre cética, eu não ousava reconhecê-la pelo que era.

«Depois deixei de a ver. Pensei nela. A sua presença tinha sido suficientemente precisa, suficientemente repetida, para desafiar o ridículo de falar disso a um homem da arte. Contei-lhe a minha aventura. Ele confirmou-me, como evidência natural, quase banal, aquilo que, no fundo, eu sabia: eu tinha trazido uma fada da floresta sem me aperceber, e ela soluçava por se encontrar longe de casa. Só que eu devia ter tido mais consideração por ela, alimentá-la, depositar na janela do meu quarto pequenos presentes para ela: leite, mel, frutos da época, que lhe teriam mostrado amizade, talvez a tivessem retido, em todo o caso consolado. Eu deixara-a partir estupidamente, e era pena: não soubera aproveitar a minha sorte.

«Eu só estava meio convencida quando, a passear numa livraria, descobri o livro de Th. Gardner sobre o assunto.» (Trata-se do livro de que acabei de falar acima: *The Coming of the Fairies*, assinado na primeira versão por sir Arthur Conan Doyle, com Th. Gardner como coautor.)

Sempre o mesmo livro, com o seu efeito de choque sobre todos os que o leem! Um livro que:

«trazia a prova da realidade destes seres de lenda ao publicar autênticas fotografias de fadas — as primeiras. Não tive dificuldade em reconhecer a minha pequena companheira de ontem. Eu não tinha, portanto, sonhado, nem delirado, nem tampouco projetado alguma imagem do meu inconsciente, armazenada sem eu saber. O que me aparecera, e que a película vinha confirmar, era tão preciso, tão semelhante, que eu não o podia inventar. Já nada tinha a ver com as ilustrações dos contos da minha infância, por mais encantadoras que fossem, que, quando muito, poderiam ter alimentado os clichés que me ocorreram. A pequena entidade que eu tivera o privilégio de entrever era, pois, de facto, uma dessas rainhas do mundo elemental. Não estou prestes a esquecê-la!»

Roger de Lafforest continua, apresentando um outro testemunho. E, coisa extraordinária, trata-se também de alguém que eu conheço — e cuja honestidade não posso pôr em causa. Trata-se da sobrinha da minha amiga Marguerite de Limbourg-Stirum, pintora e autora dos retratos que ornamentam

a capa de alguns dos meus livros. A sobrinha de Marguerite, Catherine, que eu vi muitas vezes em Bruxelas, é também pintora. Ela recebeu Roger de Lafforest, que relata assim o encontro:

«Ao visitar o seu ateliê, disse ele, fiquei parado diante de uma tela em que ela estava a trabalhar (...) e na qual se distingue um "pequeno ser da Natureza", que afasta os dedos para deixar cair gotas de luz. Estupefacto com a semelhança (...) com as fotografias publicadas pelo Dr. Gardner, perguntei a Catherine se tinha tido esse livro nas mãos — "Nunca ouvi falar desse doutor e nunca vi o seu livro", respondeu-me ela. É, pois, certo que, neste quadro ingénuo, não se trata de uma reminiscência, mas de um testemunho. A Fada do quadro é realmente aquela que a pintora encontrou. Ela existe na Natureza, e testemunhas descreveram-na exatamente sob a mesma aparência (...).

Adquiri a certeza de que Catherine gozava do privilégio bastante raro de possuir a visão etérica. O testemunho que ela me trouxe ao longo das nossas conversas confirma todos os que recebi de tantas outras partes: "Quando tinha entre quatro e seis anos, explicou-me ela, eu via as Fadas habitualmente. As suas aparições eram frequentes mas breves, como furtivas; em todo o caso, muito nítidas. O meu irmão e eu desejávamos ardentemente encontrá-las. Falávamos muitas vezes delas e chamávamo-las em voz alta, pedindo-lhes que não se escondessem. Na verdade, não sabíamos se eram Fadas; não as designávamos assim.

Eram 'pequenos seres da Natureza', cuja altura não excedia vinte a trinta centímetros, muito bem proporcionados, de movimentos vivos e graciosos, com asas transparentes como as das libélulas. Entre nós, chamávamos-lhes 'os pequenos anões'. De repente, de improviso, aparecia um, que eu via muito perto de mim, mesmo, em carne e osso, e depois desaparecia com a mesma rapidez."»

O que Roger de Lafforest não diz é que Catherine de Limbourg-Stirum se parece ela própria com uma fada: esguia, fina, graciosa, com longos cabelos negros e olhos muito azuis; só lhe faltam as asas de libélula... Dança maravilhosamente, canta, pinta também como uma fada. Fico verdadeiramente feliz por poder aqui trazer o seu testemunho.

Como pôde constatar, a referência de base sobre as fadas é mesmo este livro de que falei acima: *The Coming of the Fairies*; até hoje, não se fez melhor.

Elsie e Frances, no dia em que tiraram aquelas famosas fotos, não faziam ideia do acontecimento que ali estavam a criar!

No entanto, recentemente, uma delas, já muito idosa, cedeu às pressões do seu entorno e declarou publicamente que «algumas dessas fotos tinham sido falsificadas» — para se retratar imediatamente a seguir, acrescentando: «mas não todas!» (Mesmo que reste apenas uma autêntica, isso já é demasiado para os racionalistas...)

Em suma, depois da leitura deste livro de culto, que dá que pensar, compreende-se que a senhora 464, perturbada, tenha ido perguntar a Cayce o que pensava. Ele responderá sob a forma de uma carta bastante longa, escrita no seu estado normal (acordado!). Nesta carta, muito diferente das célebres «leituras», vemos surgir um Edgar que não faz, de modo nenhum, o papel de profeta. Bem pelo contrário: duvida de si, tenta desajeitadamente comunicar o incomunicável, desculpa-se por não conseguir fazer melhor, receia aborrecer a sua correspondente... Enfim, o relato espantoso que vai ler!

2. Os amigos invisíveis do jovem Edgar

Eis a resposta de Cayce ao pedido da sua consulente, a senhora 464, ou antes a sua «confissão» sobre as estranhas amizades da sua juventude. A carta está datada de 31 de janeiro de 1933 (tinha então cinquenta anos):

Esta questão interessa-me imenso e vale a pena falar dela. Devo dizer que sempre fui alguém prosaico, muito pé no chão. E, no entanto, esses companheiros de brincadeira da minha infância eram tão reais quanto possível. Mas essas experiências que tive em pequeno e que me eram tão queridas parecem-me agora longínquas. Afastei-me muito delas. Digo para comigo que eram apenas etapas do meu desenvolvimento. Talvez, se lhes tivesse prestado mais atenção, hoje fosse diferente.

Não sei como lhe devo apresentar isto para o fazer bem, nem se o que lhe conto pode ter valor — e se consigo descrever exatamente o que se passava nessas experiências da minha primeira juventude, em que eu brincava com esses companheiros invisíveis; pois, na verdade, nunca até hoje tentei falar disso por escrito — salvo, muito vagamente, quando fiz um resumo geral da minha vida. Por isso, se a minha carta lhe parecer incoerente ou pouco razoável, saiba que é porque estou a tentar, em idade adulta (e são de espírito, esperemos!), descrever alguma coisa mantendo-me dentro dos limites do razoável...

Para além dos contos de fadas de Grimm ou de Andersen, nunca li testemunhos de outras pessoas sobre isto. Embora tenha trocado correspondência com sir Arthur Conan Doyle e possua um ou dois dos seus livros, nunca li aquele de que fala. Gostaria de o ler e vou pedir ao meu filho que veja se o consegue encontrar na biblioteca de Norfolk.

Então, passemos às minhas experiências, pelo menos a algumas. Quando isto começou, não sei. A primeira vez, ao que me parece, eu teria talvez dezoito ou vinte meses. Tinha uma pequena casa para brincar, atrás de um velho jardim, e aquilo estava cheio de madressilva e de outras flores. Nessa estação, recordo-me de o jardim estar invadido por caniços que cresciam muito altos. Eu tinha feito um ninho por cima dos caniços, e foi um amigo invisível que me ajudou a entrançar os caniços e a atá-los em feixe para formar um abrigo. Quando fazia bom tempo, eu ia brincar para lá. À tarde, a mãe descia ao jardim e chamava-me. O meu pequeno amigo (que me parecia ter a mesma altura que eu) estava ali comigo. Nunca pensei que pudesse ser «irreal», ou que não fosse uma das crianças da vizinhança. Só quando a mãe me perguntou o nome desse amigo é que fui perguntar-lho. Então ele desapareceu.

Durante algum tempo, a mãe ficou perturbada e fazia-me perguntas sem cessar. Lembro-me de ter chorado porque, várias vezes, ela veio espiar-me — o que fazia sempre desaparecer o amigo.

Talvez um ano, ou um ano e meio mais tarde, grande mudança: já não tive um, mas vários amigos! Tínhamo-nos mudado para outra zona rural e aí eu tinha dois lugares favoritos para brincar com esses amigos invisíveis. Um desses lugares — muito especial! — era um velho cemitério onde cresciam cedros muito altos. Um deles tinha ramos perto do chão e, debaixo dessa árvore, eu tinha montado um abrigo. Era o meu esconderijo, onde amontoava os meus tesouros: pedaços de vidro colorido, folhas multicores e outras coisas belas da Natureza — com a ajuda desses pequenos amigos. Mas o que me incomodava era que nunca se sabia de onde vinham: punham-se a milhas mal se aproximava alguém da minha família!

O meu outro refúgio era uma velha meda de feno onde eu fazia escorregadelas. Ficava do outro lado da estrada grande à beira da qual vivíamos, em frente da casa. A minha recordação mais extraordinária — e é seguramente a que mais perturbou a mãe — foi quando ela, olhando pela janela, viu várias crianças a fazer escorregadelas comigo! Claro que eu tinha uma pequena toca escavada debaixo da palha, um sítio onde nos sentávamos muitas vezes para discutir gravemente os importantes problemas que se tem aos três ou quatro anos. A mãe, portanto, olhando pela janela, chamou-me para perguntar quem eram as crianças que brincavam comigo. Foi então que me apercebi de que eu não sabia os seus nomes. E vai perguntar-me como estavam vestidos. Mas eram rapazes e raparigas. Sou incapaz de descrever em detalhe as suas roupas, a sua silhueta, o seu rosto. Eu nem sequer pensava que fossem diferentes de mim (e

seriam?). A única coisa é que eram capazes de aparecer ou desaparecer consoante o humor.

Uma vez, só uma, ao olhar pela janela de casa, vi fadas lá fora a pedirem-me que fosse brincar com elas. Nessa ocasião, a minha mãe viu-as muito bem — mas não me impediu de sair para as ir encontrar. E isso repetiu-se durante toda uma estação, isto é, durante todo um verão.

Alguns anos mais tarde — eu devia ter então seis ou sete anos — vivíamos num pequeno bosque. Foi aí que aprendi a falar com as árvores — ou antes, ao que parece, eram elas que falavam comigo. Eu tinha a certeza de que qualquer pessoa podia ouvir as vozes que, aparentemente, podiam sair de uma árvore. Bastava escolher uma (uma árvore viva, não uma morta!), sentar-se à frente dela quinze ou vinte minutos, todos os dias à mesma hora, durante vinte dias. E, pela minha experiência, resultava! Eu escolhia uma árvore muito bonita e brincava à volta dela com os meus amigos, os que vinham ter comigo (que, nessa altura, me pareciam muito mais pequenos do que eu).

Construíamos uma magnífica cabana com ramos de sequoia, de aveleira, de corniso ou de pilriteiro. Usávamos também violetas, lírios-do-brejo, e todos os musgos que pareciam gostar particularmente daquele cantinho onde eu reencontrava os meus amigos para falar com eles. Os meus amigos eram os pequenos elfos das árvores. Fazíamos isto muitas vezes? Não sei. Passámos vários anos naquele lugar.

Foi aí que comecei, pela primeira vez, a ler a Bíblia de ponta a ponta; foi aí que aprendi a rezar; foi aí que tive muitas visões e experiências espirituais. E vi não só elfos, mas personagens que me pareceram pertencer ao mundo dos Antigos, sobretudo aqueles de que fala o Génesis. Nesse refúgio, ninguém de fora me incomodava. Foi aí que li a primeira carta de amor de uma rapariga. Foi aí que me refugiei para rezar quando a minha avó morreu — ela que eu tanto amava e que teve um papel tão grande na minha infância.

Descrever os elfos nas árvores, as fadas nos bosques, ou aquilo que, para mim, pareciam anjos, presenças, na sua beleza e nas maravilhas que os acompanhavam, eu não seria capaz; parecer-me-ia um sacrilégio. São experiências que foram essenciais para mim — e continuam a sê-lo.

Têm um caráter demasiado sagrado para que se possa falar delas. É como o primeiro beijo, e o resto...! Porque faço eu esta comparação? Porque há, claro, manifestações físicas que acompanham essas manifestações de todas as energias invisíveis no meio das quais mergulhamos. E, apesar disso, fechamos os olhos e os ouvidos, recusamos ouvir a música das esferas celestes. Eis porque

somos incapazes de ouvir essas vozes, de ver essas formas que se desenham diante dos nossos olhos! E, no entanto, tudo isto é feito para nos dar forças, dia após dia!

Claro que gostaria de me fazer outras perguntas, por exemplo: «A que jogos jogavam?»

Eram variados: debaixo da árvore do cemitério, ou no jardim, ou no feno, não eram os mesmos. Parece-me que esses jogos eram adaptados ao que me interessava naquele momento e às necessidades do meu desenvolvimento. Se eu lhe dissesse que os meus amigos plantavam flores, escolhiam o matagal, ou o cantinho bem escondido em que eu fazia a minha toca — isso não serviria de muito. Tudo isso tendia a mostrar-me a sua beleza, ou a falar-me dessa beleza.

Foi ali que aprendi a ler pela primeira vez. É possível que tenham sido as presenças que me ensinaram, pela primeira vez, a interpretar aquilo a que chamamos o «bom livro». Não penso, ao contar-lhe isto, estar a forçar a minha imaginação; não.

Os nossos jogos eram os de todas as crianças: brincávamos aos namorados, brincávamos ao pai e à mãe, brincávamos aos irmãos e irmãs, brincávamos aos polícias e aos ladrões, brincávamos aos paroquianos e aos pregadores... Brincávamos a tudo o que víamos à nossa volta.

Agora, já não tenho nenhuma dessas visões, ou quase, e muito raramente.

Parece que, uma vez, quando eu dava uma leitura para prospetores de terrenos petrolíferos, falei interminavelmente dessas experiências com os espíritos da Natureza (quando, na verdade, a pergunta colocada dizia respeito à prospeção de não sei que minério, ou de que local petrolífero, na região da minha infância; pois, embora eu tenha vivido em lugares variados, as nossas diferentes casas de família nunca estiveram a mais de um ou dois quilómetros umas das outras!).

Em suma, nessa sessão, as duas secretárias encarregadas de tomar a leitura em estenografia ficaram, ao que parece, aterrorizadas: estavam como que paralisadas por uma presença que as impedia de fazer o menor movimento. Só conseguiam sorrir ou chorar de alegria. E, ao que parece, assim que comecei a afundar-me na inconsciência, ouviram-me falar com uma multidão de pessoas — mas só se ouvia a minha voz!

A pessoa que dirigia a leitura dessa vez fez muitas perguntas. Mas a única coisa que se destacava eram as recordações de outrora, daqueles dias que passávamos juntos, os espíritos da Natureza e eu — e a sua nostalgia de me

reencontrarem o mais cedo possível, a fim de continuar o que fazíamos com tanta alegria, nesse tempo.

As sete pessoas que assistiam a essa leitura contaram-me que essa estranha conversa durou quase três horas — e, quando finalmente acordei, estavam tão impressionadas que mal ousavam aproximar-se de mim! A pessoa que estava sentada mais perto de mim ficou até tão aterrorizada que não quis dormir no mesmo quarto que eu, nessa noite.

Mas, como sempre nestes casos, o nosso soberbo materialismo encarrega-se de tudo explicar, dizendo que é apenas um efeito da imaginação...

O que tudo isto significa, eu não ousaria afirmar que o sei, ou que tenho a sua compreensão total. Como já vos disse, todas estas manifestações devem vir dessa Energia Divina a que chamamos Deus. Todas as formas de vida, visíveis e invisíveis, emanam dessa Fonte Única e dela tiram a sua essência. É Ele que nos reunirá, como dizia o mestre Jesus: «Tantas vezes eu quis reunir-vos a todos, como a galinha que reúne os seus pintos debaixo da asa, mas vós não o quisestes.» Somos orgulhosos como galos, queremos ficar cada um do seu lado!

Enfim, espero que estas poucas recordações que vos transmito vos sejam úteis. É apenas a minha experiência pessoal, e não obrigo ninguém a acreditar em mim. Não se pode viver uma experiência no lugar de outra pessoa. Só se podem constatar os efeitos no comportamento da pessoa que a viveu. E depois, julgar quais são os princípios segundo os quais ela modela a sua vida. (Leitura 464-12, suplemento, 31 de Janeiro de 1933)

Durante todos esses anos de adolescência e a sua vida de adulto, Edgar foi privado da alegria de rever os seus pequenos amigos invisíveis. Mas, pouco tempo antes da sua morte, eles voltaram a manifestar-se aos seus olhos — o que ele interpretou como um anúncio da sua próxima partida. Ele morrerá em Virginia Beach a 13 de Janeiro de 1944, às sete horas da tarde, no momento em que o sol se punha. Produziu-se então algo de insólito:

«Em Virginia Beach e em Norfolk e ao longo de toda a costa, fala-se ainda com estupefacção do fenómeno que acompanhou esse admirável pôr do sol. De súbito, um raio de fogo vermelho vivo ergueu-se como um obelisco, irrompendo do disco do sol. Atingiu quase o zénite e permaneceu como um monumento de luz no céu, até bem depois de cair a noite.»

3. Espíritos da Natureza, ainda estais aí?

Fizemos fugir as Ninfas...

Quando eu empalidecia sobre os poetas latinos, os seus versos estavam cheios dessas divindades campestres: Ninfas, Sátiros, Faunos, etc., que se classificavam sob a etiqueta «Mitologia: alegorias poéticas». Ou seja, qualquer coisa, vento, palavras. Ora Cayce, na leitura abaixo, tomando o partido das Ninfas, concede-lhes o direito de existir:

Na Cidade das sete colinas (...), a entidade era pastora e guardava as suas cabras na campanha romana. Bela de corpo, com uma voz clara, beneficiava de visões muito precisas. Só conhecia a mensagem de Pedro, de Paulo e dos discípulos através daqueles que passavam (...). Chamada Sylvia, a entidade obedecia a esses ensinamentos, mas mantendo o seu equilíbrio. Nessa estadia (na Terra), a entidade sabia muito bem tocar flauta de Pã ou flauta.

Eis por que a entidade poderia, hoje, ter sido musicista de profissão, flautista ou clarinetista, ou tocar qualquer instrumento derivado da flauta de cana, que evocasse as florestas profundas e os vales, os grandes espaços, a dança das Ninfas e das (outras) divindades. Admirava-se então com a carícia do sol nascente sobre a colina, com as cabriolagens dos cordeiros e das cabras nos caminhos fundos e com todos esses esplendores da Terra, que cantam a glória das criações do Espírito do Deus único e a Sua ação sobre o mundo. Pois essa era a vida e os sonhos da entidade nesse tempo, o quadro dos seus dons e da sua atividade. E foi o período em que conheceu o seu maior florescimento. (Leitura 683-1)

Quem ainda se preocupa hoje com as Ninfas? Gregos e Latinos, que tanto falaram delas, acreditavam nelas porque as viam. A presença das Ninfas iluminava o campo com uma doçura misteriosa que as almas espirituais podiam sentir. «As Ninfas, diz o meu excelente dicionário Bouillet, eram as deusas das águas, particularmente das águas doces. Distinguia-se entre elas as Náyades, as Nereidas, as Oceanides (marítimas, essas)...

O nome de Ninfas foi posteriormente estendido a um grande número de divindades secundárias, como as Oréades (ninfas das montanhas e dos campos de Diana), as Dríades (ninfas dos bosques e das árvores em geral, mas particularmente dos carvalhos: formavam danças em torno das árvores confiadas à sua guarda, cujos troncos lhes serviam de retiro), as Napéias (ninfas das montanhas, dos vales, dos bosques, dos arvoredos e das pradarias). Considerava-se que as Ninfas não eram imortais, mas viviam vários milhares de anos; representavam-se sempre jovens e belas, nuas ou meio nuas, apoiadas

junto às águas que vertiam da sua urna, ou dançando junto dos Sátiros. Oferecia-se-lhes mel, leite, frutos, óleo, e por vezes cabras.

«Os Antigos acreditavam tanto nelas que lhes construíam templos ou reservavam na sua casa um canto com água, ornamentado com estátuas, vasos, bacias e fontes. Era o Ninfeu, em honra das Ninfas. Por vezes, e era o mais frequente, tratava-se de uma gruta natural ou artificial. O uso dos Ninfeus», diz o meu Dicionário Bouillet (de 1880!), «ainda é bastante comum em Itália.»

Na Gália antiga, honravam-se igualmente as Ninfas. Para os Gauleses:

«As deusas eram inumeráveis e exerciam uma acção protectora quotidiana. Havia uma em cada fonte, em cada rochedo que formava abrigo, em cada árvore... A terra, as águas e os bosques eram animados para os Gauleses por uma misteriosa vida divina. Havia por toda a parte espíritos escondidos, por toda a parte génio(s) (...).

Os Druidas sabiam que, por detrás das manifestações da Natureza, se escondiam presenças; e que, por detrás dessas presenças, estavam as essências do Mundo (...).

«Os Druidas tinham feito um pacto de aliança com as florestas. Isso correspondia então a uma realidade, porque as florestas eram vivas. Aquilo que, entre nós, é superstição e lenda, era uma verdade há três mil anos. Os espíritos das árvores, os génio(s) da Natureza existiam, quando os seus corpos terrestres não tinham sido mutilados...» Estas linhas proféticas foram escritas entre as duas guerras mundiais. Que diria o autor hoje, quando a destruição sistemática das florestas põe em perigo o equilíbrio do próprio planeta?

«Agora, eles (esses espíritos) já não se deixam ver pela raça destruidora das criaturas de duas pernas, que põe todo o seu prazer em fazê-los morrer. Sabem que a mais inocente filha de homem não pensará, ao ir para os lugares onde eles vivem, senão em arrancar aquilo que criaram com amor e que é a sua adoração: as flores.

«No tempo em que as florestas eram silenciosas e em que a vegetação se expandia livremente, a essência viva das árvores materializava-se e podia tornar-se visível para certos homens, chegados à clarividência do mundo mais subtil que nos rodeia. Todos os homens primitivos falam dessas criaturas tímidas, fugidias, benevolentes, que são os espíritos da Natureza, e todos lhes atribuem as mesmas qualidades e os mesmos defeitos (...). Ninfas, dríades ou fadas são os mesmos seres. Mas habituámo-nos a considerá-las como puramente mitológicas.»

Extraí estas linhas de um livro maravilhoso de Maurice Magre, *A Chave das Coisas Escondidas*[21], que mereceria ser citado por inteiro... Ele vai ao encontro das confissões de Cayce sobre essas presenças que brincam na Natureza, e da leitura 683-1, em que a jovem Sylvia se lembrava dos vales e das florestas profundas, dos grandes espaços, da dança das Ninfas e das (outras) divindades («the sylvan dells, the great outdoors, the dance of the nymphs and the gods», diz Cayce no texto). É de notar que Cayce adormecido em transe (na leitura 683-1) e Cayce acordado (na sua carta à senhora 464) estão de acordo quanto à existência dos espíritos da Natureza, que ele descreve como dançando e brincando.

A guerra das árvores

Como perdemos o contacto com todo este encantamento?
Maurice Magre dá a sua versão:

«Antigamente, esta existência (dos espíritos da Natureza) não levantava dúvidas a ninguém. A Igreja cristã, no seu primeiro esforço para converter o mundo, deparou-se com as divindades da Natureza, que estavam por toda a parte, sob as árvores de todos os bosques, no azul de todas as nascentes. Não pensou então em negar a sua existência, porque isso era uma impossibilidade. Se tivesse havido gente culta para não acreditar nos espíritos da Natureza, teria apoiado a sua opinião. Mas não havia, e foi obrigada a declarar que todas as divindades das árvores e das águas eram demónios, animados pela força diabólica.»

E eis por que Cayce diz:

A entidade Sylvia obedecia a esses ensinamentos, mas mantendo o seu equilíbrio.

Esses ensinamentos de Pedro, de Paulo e dos discípulos eram, naturalmente, os de Cristo. E a inocente pastora não pensava por um segundo que a palavra deste último pudesse ter condenado as Ninfas e outras divindades. Se os apóstolos Pedro, Paulo e os outros lhe tivessem dito que Cristo rejeitava os espíritos da Natureza, como poderia ela manter o seu equilíbrio?

Na realidade, os espíritos da Natureza obedecem às instruções divinas. Como diz Pã a R. Ogilvie Crombie, em *Os Jardins de Findhorn*: «Sou o servo do Deus Todo-Poderoso.» O ciclo das revelações do grupo de Findhorn, na Escócia, de que falarei mais adiante, devolve aos espíritos da Natureza o seu lugar no plano divino. Totalmente de acordo com Cayce, tanto acordado como adormecido, eles não opõem o cristianismo às Ninfas e a outras divindades.

Penso que o combate travado na Gália pela Igreja primitiva contra os Espíritos da Natureza foi um assunto político. Tratava-se de substituir os Druidas e de eliminar estes últimos. O conflito deve ter sido tão violento como aquele que se conhece entre os discípulos de Cristo e a velha hierarquia judaica.

«Os Druidas», diz ainda Maurice Magre, «viviam sob as abóbadas das árvores, em moradas leves de que uma só estação bastava para apagar os vestígios. Era nas florestas que mantinham os seus colégios (...). As grandes florestas gaulesas eram suas aliadas, era delas que tiravam a sua força. A regra essencial dos Druidas era não destruir nada do que vive, regra que tinham também os pitagóricos, os Essénios, todas as grandes confrarias dos sábios antigos (...). Os Druidas comunicavam com as grandes forças vegetais das florestas (...), eram os agentes de transmissão entre as florestas e os homens (...). Os Druidas davam ao povo simples dos Gauleses a lição de viver das florestas. Moldavam as suas almas em conformidade com a alegria de expressão das árvores.»

A forma calorosa como Maurice Magre fala das nossas florestas merece ser sublinhada, num tempo em que a nossa «Gália cabeluda» desaparece pouco a pouco sob o betão. Este não é senão cinzento e tristeza, enquanto a Natureza é alegria:

«As lendas falam sempre de danças de fadas silvestres ou de anões da Terra. Todos aqueles a quem foi permitido ver os espíritos da Natureza são unânimes em dizer que eles são de natureza alegre. A Natureza cumpre a sua obra na alegria, e essa alegria domina à medida que a consciência se desenvolve nos reinos superiores. As germinações e as florações são obras de júbilo. A penetração das raízes, a subida das seivas, o impulso das folhas são sentidos afectivamente pela alma da árvore como uma dilatação de felicidade, e essa felicidade tem uma virtude de comunicação; pode transmitir-se ao homem, se este puder encontrar um ponto de contacto entre a felicidade vegetal e o seu próprio coração.»

Como dizia Cayce: No entanto, tudo isto é feito para vos dar forças, dia após dia. (Carta à senhora 464 acima). E o «verde paraíso dos amores infantis» é inesquecível por este acordo espontâneo que as crianças têm com essa alegria da Natureza. Antigamente, o amor entre um homem e uma mulher era sentido como um eco dessa alegria: por isso os enamorados ofereciam flores, frutos, animais. A tendência culmina com as «pastorais» do século XVIII, onde se cantam pastoras e pastores que se amam em prados floridos. Aliás, cortejar dizia-se também «conter fleurette», e toda a literatura erótica, no século XVIII, tirava o

seu vocabulário do reino vegetal e animal... Era, ainda assim, bem mais estimulante do que o amor num quadro de betão, de aço e de violência.

Enfim, voltemos a Maurice Magre, que explica como a «caça às bruxas» foi, antes de mais, uma guerra contra as árvores e contra os seus habitantes, os espíritos da Natureza.

«Do mesmo modo que os Gauleses eram cabeludos, com olhos cor de rio, assim a terra que os gerou era recoberta de espessas florestas, cortadas pelas linhas azuladas das águas (...). A Gália era o reino dos vegetais, e a raça dos homens era súbdita das árvores. A essas árvores todo-poderosas, milenares e gerando-se sem cessar da substância dos seus corpos, os homens rendiam culto. Tiravam a sua vida desses deuses benevolentes; comunicavam com as suas almas materializadas; construíam as suas cidades em conformidade com as cidades mais imensas que formavam as florestas; eram tributários dos reis vegetais (...).»

Mas este estado de felicidade era demasiado belo para durar. Um dia chegam os invasores, isto é, as legiões romanas, supostas trazer «a civilização» aos «Bárbaros»:

«Foi com a invasão romana que começou na Gália a guerra dos homens contra as árvores (...). No tempo dos Druidas, as florestas prolongavam-se sem interrupção da Irlanda ao Mediterrâneo. Fortalezas vegetais erguiam-se nas duas margens da Mancha (...). As costas do Mediterrâneo, de Nice a Saint-Raphaël, estavam cobertas por uma floresta impenetrável de freixos. Esta floresta subsistiu ainda alguns séculos, pois vê-se, no século X, servir de baluarte, pela sua densidade, contra as invasões dos *haures*.

«(...) Quando abordava a costa de Massilia, o Romano penetrava no nosso país e, avançando na direção do norte, encontrava bosques cada vez mais espessos, cada vez mais extensos.»

E eis um episódio pouco conhecido da conquista das Gálias, uma catástrofe ecológica de que os nossos livros de história nunca falam:

«É uma das florestas situadas nos arredores de Marselha, de que Lucano (...) relata que, quando César ordenou aos seus legionários que cortassem as árvores, eles recusaram, impressionados pela majestade que delas se desprendia. César, o ateu, foi obrigado a pegar num machado e a desferir o primeiro golpe, para lhes mostrar que não havia nenhuma vingança infernal a temer. Deve ter sentido, ao realizar esse gesto, que atacava um inimigo tão temível quanto os cavaleiros de Vercingetórix. Foi então que começou o

extermínio das árvores. As florestas foram atacadas pelo machado e pelo fogo (...). Os Gauleses colaboraram em destruir as moradas florestais dos seus deuses. Do país dos Éduos, na extremidade do Mosela, até ao dos Aquitanos, ao longo dos Pirenéus, arderam fogos... As grandes florestas gaulesas tinham sido feridas de morte... Ao perder as suas florestas, a Gália despojada iria mudar de alma... Desde então, os historiadores franceses relataram, por vezes com tristeza, a derrota de Vercingetórix em Alésia... mas ninguém pensou em associar a derrota dos homens à derrota das árvores.»

Joana d'Arc e a sua «Árvore das Fadas»

«Toda a árvore tem uma alma», diz Jean Prieur. «Havia junto de cada aldeia uma "árvore das fadas" que jovens raparigas decoravam com coroas e em torno da qual faziam as suas rodas — lembraste, Joana?»

Joana d'Arc, com efeito, declarará ela própria aos seus juízes no decurso do seu processo que:

«Perto de Domrémy, há uma árvore; chamam-lhe a árvore das Damas, ou a Árvore das Fadas, por vezes. Perto dali, há uma fonte. Ouvi dizer que os doentes lá vão beber e tirar água, a fim de terem saúde. Isso, vi eu mesma. Mas se curam ou não, não saberia dizê-lo! Ouvi também contar que os doentes, quando conseguem levantar-se, vão passear junto da árvore.

«E é uma grande árvore, chamada o Fa, (...) onde eu ia por vezes com as outras raparigas, e fazia grinaldas para a estátua de Nossa Senhora de Domrémy. Os velhos contavam — não os do meu tempo — que as Fadas vinham lá conversar. Ouvi Jeanne Aubry, que era a mulher do maire, e minha madrinha, eu que vos falo, ouvi-a contar que tinha visto lá as Fadas. Mas não sei se é verdade ou não. Eu, nunca vi as Fadas junto da Árvore, que eu saiba; se as vi noutro lugar, isso, pela minha fé, não sei!»

O juiz que interroga Joana não discute: não faz qualquer comentário e passa a outra pergunta. Ninguém censurará Joana por acreditar em fadas (visivelmente, ela aceita-as, embora se defenda um pouco!).

Joana d'Arc aparece nas leituras de Edgar Cayce, onde tem direito a uma análise muito longa. Cayce sublinha nela o contexto místico e o excecional nível «psi» dos meios que Joana d'Arc frequentou na sua época. O texto acima citado é interessante pela aproximação entre «a Árvore das Fadas» e a fonte que cura: as Ninfas gregas tornaram-se as nossas Fadas, mas são as mesmas entidades benevolentes.

Na continuação das suas declarações, Joana diz ainda: «Não sei se, desde a idade da razão, dancei perto da árvore; é bem possível que lá tenha dançado com as outras raparigas; brinquei lá mais do que dancei.» Tal como Edgar Cayce, Joana não encontra as palavras para dizer a que jogos se brinca com uma fada! Eu própria, que vivi essa experiência, também não a posso contar: um véu de esquecimento veio cobri-la na idade adulta. As recordações apagam-se — contudo, sabe-se que estão lá e que as reencontraremos um dia. Joana continua:

«Há também um bosque, a que chamam o Bois-Chenu; vê-se da porta de casa do meu pai, fica a meia légua. Nunca ouvi dizer que as Fadas lá viessem tagarelar; mas o meu irmão contava que se dizia em Domrémy: "A Joana recebeu o seu fado junto da Árvore das Fadas". Era falso. Eu disse-lhe o contrário. E quando vim ter com o rei, houve quem perguntasse se, na minha terra, se conhecia um bosque chamado Bois-Chenu: porque era de lá que, segundo certas profecias, devia sair uma rapariga que faria milagres. Mas eu, Joana, não acreditei nisso!» (Mesma sessão)

De facto, Joana ouvira as suas «vozes» pela primeira vez no jardim do seu pai — e não sob a «Árvore das Fadas». Mas o seu testemunho deixa entender que as pessoas daquela terra ouviam por vezes vozes proféticas sob essa mesma árvore, e na floresta «a que chamam o Bois-Chenu». Joana defende-se de ter visto ou ouvido Fadas, pois estas têm má fama na Igreja: superstições pagãs! Como está perante um tribunal eclesiástico (presidido pelo bispo Cauchon), Joana cala-se sobre o que não é conforme à «linha de pensamento correta» dos seus juízes.

Ela falará, portanto, apenas das «vozes» supostamente provenientes de «Santas» devidamente catalogadas por Roma: Santa Catarina e Santa Margarida, que descreverá em conformidade com a hagiografia oficial. Mais tarde, noutra sessão, o juiz perguntará a Joana:

— Diga lá, foi debaixo da árvore que Santa Catarina e Santa Margarida lhe apareceram?... Sabe, a Árvore, aquela de que já falámos? — Não sei de nada — responde a nossa Pucela. — Então, foi junto da fonte que corre nas proximidades? — Aí, sim, ouvi-as. Mas o que elas me disseram nesse momento, não sei.

Joana será interrogada indefinidamente sobre as suas vozes: os juízes procuram condená-la como feiticeira. Queriam que ela dissesse que teve contactos com os espíritos da Natureza, uniformemente considerados como «diabólicos» pela Igreja. Com muita subtileza, Joana evitará a armadilha... o que não a impedirá de ser condenada. Pois o seu processo foi um processo político,

onde se enfrentavam, através dela, homens devorados pela sede do poder. Como diz Cayce: *Raros são aqueles que o poder não destrói enquanto homens*.

A França Encantada

As campanhas de outrora não eram vazias como as de hoje. O camponês tornou-se uma espécie em vias de extinção, como a águia, o urso e o texugo... Não só já não há camponeses, fauna selvagem ou aldeias, mas também já não há «Árvores das Fadas» nem «fontes sagradas». Encontro algumas, por vezes, completamente abandonadas nos meus passeios: a bacia está, em geral, cheia de latas de Coca-Cola, garrafas de plástico, embalagens de cartuchos deixadas pelos caçadores... A fonte está poluída, já nem se ousa bebê-la, e tenho a impressão de ouvir chorar a ninfa (ou a fada) que a tinha a seu cargo.

Antigamente, em cada pequeno bosque havia elfos. Ao pé de cada árvore escondia-se um pequeno gnomo. Perto de cada charco estava uma fada. As campanhas eram povoadas por estas entidades misteriosas que lhes davam o encanto. Havia também monstros, como a Besta do Gevaudan, a Tarasca de Arles, o Grande Babaou... Ao luar, nas clareiras, podiam ver-se dançar as fadas, os korrigans, as bruxas do sabat — ou ver passar os fantasmas! Os sítios antigos, os cemitérios, os túmulos, os lugares consagrados eram protegidos por entidades — ou anjos — «guardiões do limiar». Era apaixonante, a campanha... faziam-se lá encontros!

Mas descansem: as presenças invisíveis — as boas como as más — não desapareceram todas. Eis o testemunho da atriz Anne Vernon. Ela conta que, numa época da sua vida, vivia sozinha na Provença, numa casa isolada à beira da floresta:

«Uma noite, na pista florestal, a colina estava banhada pela luz do céu, pois havia lua cheia; avistei de longe um animal que saltava na minha direção a grande velocidade: "Olha! O meu gato que vem juntar-se a mim para um passeio", pensei. Mas não, tratava-se apenas de uma sombra, longa echarpe cinzenta, impalpável como um fumo, que tinha abrandado para passar à altura das minhas botas. Ao ler o livro do comandante de gendarmeria Tizané, aprendi que estes fenómenos não são raros nas campanhas. Até lhes deram nomes, escreve ele, "a Bigoume" ou "o Galipote".»

Outros amigos, muito próximos de mim, também encontraram este «Galipote». A campanha é, por vezes, impressionante — sobretudo à noite. Algumas pessoas ficam aterrorizadas pelas presenças invisíveis que pressentem (mas outras não veem nada de nada!). Na minha opinião, quando os espíritos da Natureza são expulsos pelo betão e pelo lixo, são entidades malévolas que vêm

substituí-los. Pessoalmente, o que mais temo, para o futuro, são os extraterrestres negativos — aqueles de que fala Jacques Vallée nos seus inquéritos.

As «Rochas das Fadas»

Tenho diante de mim um livro do Dr. Max Gilbert, que se intitula *As Pedras das Fadas na Gália Antiga*[34], onde ele recenseia pacientemente os inumeráveis sítios megalíticos associados às fadas em França: o «Creux-ès-Faies» em Guernsey; a «Rocha das Fadas» em Marcillé; a «Gruta das Fadas» em Fontvieille, etc.

Max Gilbert nota que a tradição popular associa às pedras diferentes entidades sob o vocábulo «fadas»:

1. Espíritos da Terra como os gnomos ou «gobelins»;
2. Fantasmas de defuntos, entre os quais pode haver uma «Dama Branca»;
3. A memória das profetisas e sacerdotisas do mundo céltico (Viviane ou Mélusine);
4. A reminiscência de divindades greco-latinas, ninfas e dríades ligadas a um lugar.

As grandes catedrais dedicadas a Nossa Senhora foram todas erguidas sobre sítios sagrados célticos, onde se honrava a «Grande Mãe» através das suas manifestações na Natureza.

«As Mães (...) apenas mudaram de nome. Mas elas ouvem os apelos formulados com outras sílabas por homens da mesma raça. Estão ainda escondidas sob as pedras dos altares cristãos. E quando um crente murmura "Avé Maria", é Onuava que se ergue entre os círios e murmura "Eu estou aqui"».

Estas linhas, escritas em 1935, não teriam sido desmentidas por Cayce, ele que diz que o Cristo e a sua alma gémea (que conhecemos hoje como Maria) encarnaram sob nomes diferentes em todas as civilizações. Aquela que os Druidas conheciam como «a Grande Mãe» era um rosto antigo de Maria.

Os Espíritos da Natureza fogem dos humanos

Embora o nome «macadam» seja de origem escocesa e a Escócia seja o seu país preferido, os espíritos da Natureza detestam as grandes cidades poluídas. Eis por que os jardins citadinos são menos belos que os da campanha: nenhuma

planta pode crescer, ao que parece, sem a presença constante dos gnomos e das fadas.

Eles fogem dos humanos porque lhes censuram o facto de destruírem esta Natureza que eles passam a vida a construir. Mas as crianças, que ainda não têm preconceitos, têm sempre o seu favor. Quando brincam com elas, o contacto faz-se na alegria. Infelizmente, o «povo pequeno» habita a campanha... e muito pouco a cidade. Eis por que as crianças das cidades, hoje, são muito mais nervosas e instáveis: faltam-lhes esses jogos mágicos com os pequenos elfos.

Eis uma leitura que fala desta «influência estabilizadora» sobre as crianças:

«A influência de Mercúrio traz a esta entidade uma forte sensibilidade musical; em particular uma sensibilidade especial à sinfonia – que é um eco da música das esferas celestes. Pois para esta entidade, a beleza dos crepúsculos, a progressão dos planetas e da Lua são sempre um motivo de maravilhamento. (...) A beleza da Natureza em toda a sua atividade, as nuvens, o trovão, os relâmpagos, todas as vozes da Natureza respondem à entidade; elas despertam nela um eco profundo e são para ela uma influência estabilizadora.» (Leitura 1716-1)

A última frase deste fragmento de leitura (*found favor in the grace of those whom the entity serves*) designa as entidades invisíveis que podem trazer paz ao espírito humano. Mas isso só é possível a uma condição: aqueles que se interessam pelos espíritos da Natureza devem primeiro ser aceites por eles. Devem estabelecer uma colaboração fundada no respeito.

Na opinião de Cayce, tivemos muita culpa em desprezar o seu ensinamento:

«Que o Criador utilize um gnomo, uma fada, um anjo ou qualquer entidade para nos guiar na vossa evolução, muito bem! (...) Desde que vão na direção precisa para onde devem ir!» (Leitura 338-3)

Essa é também a via espiritual do grupo de Findhorn, cuja leitura foi a alegria da minha vida! Os primeiros testemunhos recebidos pelos videntes fundadores da comunidade, Peter e Eileen Caddy e Dorothy MacLean, foram traduzidos para francês com o título *Os Jardins de Findhorn*. A sua abordagem consiste em reencontrar o diálogo com os espíritos da Natureza, que são os secretários e os colaboradores do Deus Todo-Poderoso (ao contrário do que pretendiam muitos pregadores!).

Um dos amigos do grupo de Findhorn, R. Ogilvie Crombie, conhecido como «R.O.C.», um cavalheiro idoso especializado há muito no estudo dos espíritos da

Natureza, conta como um dia viu um pequeno **fauno** a dançar nos jardins botânicos de Edimburgo, na Escócia (um espaço verde excecional no coração de uma grande cidade barulhenta).

Eis alguns extratos desse extraordinário diálogo, que aconselho a ler *in extenso* em *Os Jardins de Findhorn*:

«O pequeno fauno dançava em redor do lugar onde eu estava sentado; parou um momento, olhou para mim e depois sentou-se de pernas cruzadas à minha frente. Parecia mesmo "de verdade". Inclinei-me e disse-lhe:

— Hello! Ele saltou de um salto, siderado, e fixou-me.

— Tu consegues ver-me?

— Sim!

— Não acredito em ti. Os humanos não nos conseguem ver.

— Mas sim. Alguns conseguem.

— Então, diz-me como é que eu sou? Descrevi-o tal como o via. Ainda com ar siderado, começou a dançar fazendo pequenos círculos.»

R.O.C. interessou tanto o pequeno fauno que este o acompanhou até casa, ao seu apartamento... Ele voltou a passear nos jardins botânicos para rever o seu amiguinho o mais frequentemente possível — e esse contacto levou-o a encontrar «alguém» muito mais importante:

«Desci a Prince Street, a maior artéria de Edimburgo. Quando dobrava a esquina de uma das ruas que ladeiam a National Gallery, parei: havia uma atmosfera insólita. Nunca sentira nada assim. (...) Então, percebi que não estava sozinho. Uma figura, mais alta do que eu próprio, caminhava ao meu lado. Era um fauno, irradiando uma potência impressionante (...).

— Então não tem medo de mim? — perguntou-me ele.

— Não!

— Ora essa! Todos os humanos têm medo de mim (...). Sabe quem eu sou?

— Você é o grande deus Pan

— ouvi-me dizer no momento.

— Então devia ter medo! A vossa palavra "pânico" vem do medo que a minha presença provoca!»

Eis que a palavra é dita: o medo! É o medo que nos fecha o caminho do conhecimento que é, como diz Cayce, a fonte de todos os nossos males. Mas voltemos a este diálogo:

— Você acredita nos meus súbditos? — retoma Pan.

— Sim.

— Você ama-os?

— Sim, amo-os.

— Nesse caso, ama-me?

— Não tenho nada contra.

— VOCÊ AMA-ME?

— Sim. Ele olhava para mim com um sorriso estranho e uma faísca no fundo dos olhos

— que eram castanhos, profundos e cheios de mistério.

— Você sabe, claro, que eu sou o diabo? Dá-se conta de que acaba de dizer que ama o diabo?

— Mas não, você não é o diabo, você é o deus dos bosques e da campanha! (...)

— Sabe bem, no entanto, que a Igreja cristã primitiva me tomou como modelo para representar o diabo? Veja lá os meus cascos fendidos, as minhas pernas peludas e os meus chifres!

É, de facto, uma questão delicada. Sem querer acusar ninguém:

— A Igreja condenou todos os deuses pagãos e os espíritos da Natureza, assimilando-os a demónios (...) — retoma R.O.C.

— Acha que a Igreja teve razão?

— Ela fez o que pôde, com as melhores intenções do mundo. Mas (para mim) foi um erro. Os antigos deuses não são todos demónios (...).

— Então, eu não cheiro a bode velho?

— pergunta Pan.

— Não! — responde o velho senhor, encantado.

E o diálogo continua... No fim, Pan acaba por se apresentar como «o servidor do Deus Todo-Poderoso» e afirma que «ele e os seus súbditos desejam ajudar a humanidade, apesar da forma como ela os tratou e como abusa da Natureza. Mas para isso, é preciso que ela afirme que acredita neles e aceite pedir a sua ajuda.»

Os Anjos da Meteorologia

O que me agrada nas cartas marítimas antigas são os pequenos Anjos bochechudos que representam os ventos. Na Antiguidade greco-romana, pensava-se que havia uma divindade responsável por cada corrente de ar!

A ideia dos Antigos ressurge atualmente. Eis como começam as mensagens destas entidades superiores, ou «Devas», que regem as trocas bioenergéticas no planeta:

«Sim, você está destinada a cooperar neste jardim. Comece por pensar nos espíritos da Natureza e nos espíritos hierarquicamente mais elevados. Sintonize-se com eles. É uma abordagem tão invulgar que despertará o interesse deles. Ficarão radiantes por encontrar finalmente alguns membros da raça humana que queiram solicitar a sua assistência. Por espíritos hierarquicamente mais elevados, refiro-me a espíritos como os **espíritos das nuvens, da chuva ou das espécies vegetais**... Os pequenos espíritos da Natureza obedecem às suas instruções.»

Isso explica o poder dos feiticeiros, xamãs e fazedores de chuva. O vento, a chuva e a neve não são fatalidades cegas: há um pensamento que os anima. Cayce menciona a existência deste tipo de Anjo:

«Esta entidade (...) possui poderes psi ou ocultos. Tendo tido experiências com o espírito da chuva, com o espírito do pôr do sol, com o de um rio, o de uma árvore, o de um rebanho ou de uma horda de animais, o de um cardume de peixes, etc., a entidade ganhará muito em continuar (...). Para a maioria das pessoas, tudo isso é pura imaginação, mas para a entidade, pelo contrário, são sinais que recobrem realidades construtivas e criadoras (...) que ela pode utilizar; o que lhe permitirá controlar, influenciar e dirigir os fenómenos.» (Leitura 3657-1)

Nas leituras de Cayce, menciona-se que certas entidades regem a Luz (o Som) e outras a Noite. Cayce utiliza a palavra *ruler*: aquele que «rege» ou vela para que a Lei se cumpra.

O Deva da Diorite

Para cada rochedo, cada pedra, cada seixo, há um espírito da Natureza que vigia: korrigan, troll, gnomo, duende, etc. São os pequenos «Espíritos da Terra». E, acima destes, um anjo (ou deva) competente em geologia. Cayce concorda totalmente que as pedras apenas fingem dormir:

«Esta pessoa é capaz de ouvir a canção ou os movimentos de certas pedras (...), exatamente da mesma maneira que aqueles que escutam durante dias e dias uma árvore crescer.» (Leitura 440-11)

A este consultante, Cayce aconselhava a ir ao Museu de História Natural de Nova Iorque e sentar-se diante de um grande bloco de lápis-lazúli: ele ouvi-lo-ia cantar! (Leitura 440-3).

Dorothy MacLean conta nas suas memórias o contacto com o Anjo Cósmico das Pedras:

«Deveria perceber que a matéria densa é influenciada no seu processo de fabrico pelas energias das estrelas. (...) A consciência da Beleza leva-a à unidade interior (...). O brilho de Deus está em todo o lado, até no mais pequeno grão de areia.»

A Fada da Colheita

A maioria dos que viram espíritos da Natureza descreve-os como estando a dançar e a brincar. Cayce fala constantemente desses jogos de que tem nostalgia. As mensagens de Findhorn repetem-no: os espíritos da Natureza trabalham na alegria, e esse trabalho, que parece um jogo, é indispensável ao crescimento das plantas!

«No que diz respeito aos pequenos elfos — diz Albert Pauchard — (...) a expressão que consegui distinguir neles é a alegria de viver!»

Estas criaturas aparecem-nos sempre como cintilantes de vivacidade, leveza, humor e beleza. Todos os testemunhos concordam: na luz divina, tudo é alegria.

No maravilhoso jardim que visita, o nosso autor acaba por encontrar um espírito da Natureza, hierarquicamente superior aos pequenos elfos, uma fada:

«E eis que, pouco a pouco, me dei conta de uma presença ainda mais etérea e muito maior que os alegres elfos, também mais séria, embora radiante de alegria. É a própria direção deste mundo encantado, aquela que controla as suas forças ativas. Ela parecia, não sei como, englobar o todo em si mesma. E, no entanto, ao

vê-la, não era maior que a estatura humana (...). Parece que o seu papel é o de vivificar a vida vegetal.

Dir-se-ia um Super-Elfo. Nela, a mesma grande alegria, mas mais profunda. Dela emana um amor intenso.»

Eis, portanto, uma fada, um anjo feminino, «que controla toda uma armada de agentes invisíveis da nossa Mãe Natureza, (...) agentes que têm um papel consciente a desempenhar no crescimento das árvores e das plantas», diz ainda Albert Pauchard. (Mas como ele dita, após a sua morte, o que vê a uma médium, os espíritos da Natureza são observados do outro lado da barreira... No entanto, as suas descrições assemelham-se totalmente às que os vivos dão deste lado!)

Em *Os Jardins de Findhorn*, os Anjos (ou Devas) de cada espécie vegetal cultivada no jardim apresentam-se um a um. Por exemplo, um dia, é o Deva da couve que vem explicar como se deve cultivar esta última — e qual é a lição espiritual oferecida... pela couve! (Frisem, frisem, restará sempre qualquer coisa!) Noutro dia, chega o Deva da ervilha-de-cheiro, que também passa as suas instruções e a sua mensagem. Depois, o Deva do «chenopodium bonus-henricus» (primo do espinafre). Depois o da rosa de Damasco, etc. Finalmente, Peter Caddy, o jardineiro, tendo obedecido às instruções, verá sair das suas mãos couves de vinte quilos e tomates grandes como melões — para estupefação das gentes da aldeia! Findhorn, localidade gélida, árida, varrida por todos os ventos de oeste da costa atlântica, não tinha produzido nada de semelhante até então (sendo a Escócia mais conhecida pelos seus carneiros, pelo seu whisky e pelos seus velhos castelos assombrados!).

Há uma leitura de Cayce onde ele evoca os Anjos das lavandas (como há várias espécies de lavanda, suponho que seja necessário um Anjo especialista para cada uma!):

A lavanda terá alguma vez favorecido os prazeres carnais? Ela foi antes sempre o meio pelo qual os Anjos de luz e de compaixão conduziam a alma dos homens a um lugar de paz e de misericórdia. (Leitura 274-10)

Por outras palavras, a lavanda é a «ferramenta terapêutica», ou seja, o meio para o Anjo do mesmo nome aliviar os homens que sofrem. Os Devas das plantas medicinais são todos Anjos médicos, fatalmente!

Em Paris, na rua de Bourgogne, eu habitava um minúsculo estúdio do qual tinha transformado pelo menos oito metros quadrados, em trinta, num jardim de inverno. À noite, tinha o sentimento de presenças que se esgueiravam entre os ramos — e aquilo florescia permanentemente! As roseiras anãs, a amaryllis, o

clivia, os jacintos, as azáleas, as tulipas punham um zelo extraordinário em florescer para me dar prazer. Eu recolhia no passeio, à hora do lixo, todas as noites, as plantas que as pessoas já não queriam, por vezes ainda muito bonitas! Tinha a impressão de que elas queriam ainda viver e chamavam-me por socorro: eu recolhia-as prometendo-lhes uma longa vida feliz em minha casa! Replantadas, regadas, ensolaradas, elas recuperavam o fôlego e nunca se faziam rogar para florescer a dobrar!

Não consigo passar sem flores e sem árvores. Nem que seja uma pequenina planta verde, nem que seja uma «erva daninha»... mas que seja verde! Nestes últimos anos, fomos inundados de filmes de antecipação que suscitaram o entusiasmo das multidões — como, por exemplo, *A Guerra das Estrelas*. Ora, repararam, nesses filmes de ficção científica, numa característica geral: a ausência total do mundo vegetal? É metal estridente e betão por todo o lado. Um universo completamente mineral.

O horror absoluto, o prolongamento natural (se assim posso dizer) desse *american way of life* que odeia a Natureza e a considera «suja». Quando eu oferecia flores às pessoas de Virginia Beach, isso não lhes dava prazer nenhum: as donas de casa olhavam para o ramo com um ar consternado, dizendo: «O que é que eu vou fazer com isto? Traz micróbios, suja a água das jarras e não rende dinheiro.» E nem vos conto a cara que faziam os meus amigos de lá quando eu ia apanhar ervas na floresta para fazer uma salada... Graças a Deus, hoje em Gstaad, no Oberland Bernês, acabo de passar o dia a apanhar cogumelos.

Ontem, tinha encontrado uns maravilhosos que mostrei ao especialista: «venenosos», foi o seu veredicto. Estava consternada por ter saqueado a floresta para nada. Esta noite, feita a verificação, está melhor: escutei com um pouco mais de atenção a voz dos duendes e pus a mão em «boletos de chocolate» (especialidade suíça!). Cozinhámos umas *lasagne ai funghi* italo-helvéticas inesquecíveis. As pessoas daqui têm cada uma o seu canto de cogumelos, ultra-secreto, que por nada deste mundo vos mostrarão. Ah, pois! (É como os Bretões com os seus buracos de camarões!) Eu não quero saber das suas secretas: os duendes dir-me-ão tudo!

O Rei das Toupeiras

Como é óbvio, os animais integram-se no seu lugar neste esquema divino. Cada espécie animal, tal como cada espécie vegetal, depende de um Anjo (ou Deva) competente. Os animais selvagens agem em colaboração com os espíritos da Natureza, grandes e pequenos. Todos os animais domésticos que tive têm, no campo, um comportamento folgazão: eles «brincam» com alguém. O meu cão

segue com o olhar «alguém» ou «alguma coisa» que se desloca ao longo deste ramo, apesar de este estar imóvel. Vê-se bem, pela sua linguagem gestual, que ele comunica com um interlocutor.

Há em *Os Jardins de Findhorn* uma história louca de uma toupeira que me divertiu muito. Um dia, Peter Caddy disse a Dorothy MacLean: «Faça qualquer coisa: as toupeiras estão a arrasar a horta!» E ela entrou em meditação para contactar o Deva especializado. «Concentrando-me na essência de uma toupeira, captei a imagem de um assustador Grande Rei Toupeira, com uma coroa na cabeça, sentado numa caverna subterrânea»!

Segue-se um diálogo onde Dorothy explica o conflito entre as toupeiras e o jardineiro e propõe uma solução: que o patrão envie as suas subordinadas para roerem as suas rações de raízes noutro lado... No melhor dos casos, os jardineiros reservarão um canto do jardim não cultivado propositadamente para as senhoras toupeiras... O pouco amável personagem responde: «Humm» e Dorothy pergunta-se se foi bem compreendida... Mas sim: as toupeiras não voltaram mais à zona das culturas, confinando-se doravante às suas «reservas».

A tradição católica atribui a cada ser humano um anjo da guarda. Se os animais superiores têm uma alma individual (e não apenas uma «alma grupo» partilhada por uma espécie), é lógico que tenham direito, eles também, a um anjo da guarda. Nas (sublimes!) mensagens do Cristo recolhidas por Cyril Scott, pode ler-se:

«Em verdade, os animais têm alma. Infelizmente, é nalguns desses países onde se canta o Meu Nome com mais fervor e onde a Minha Imagem se ergue em todos os cruzamentos que os Meus Preceitos de caridade são mais desconhecidos, pois as pessoas tratam com crueldade os meus bem-amados irmãos que se calam. "Os animais não têm alma", pretendem eles, "portanto pouco importa a forma como os tratamos!" Mas as suas afirmações são falsas, baseadas na ignorância e na falta de sagacidade (...).

Além disso, há homens com o coração de pedra, que atormentam as Minhas criaturas para conquistar um maior saber, mas estes conhecimentos mal adquiridos têm pouco valor; poderiam ser ganhos por meios menos cruéis. Ó Meu filho, é um terrível pecado procurar o conhecimento torturando criaturas inocentes.»

Portanto, os animais, tanto selvagens como domésticos, sofrem enormemente com o homem. Precisam de ser apreciados e amados, caso contrário desanimam e desaparecem. As «espécies em vias de extinção» são aquelas que perderam o moral... Li algures — impossível reencontrar a referência — uma história que me fez chorar. Tratava-se de cavalos empregados no fundo das minas

de carvão no século XIX, em Inglaterra. Os infelizes nunca viam a luz e passavam a sua (curta) vida a puxar as vagonetas de minério. Um vidente inglês tinha transmitido mensagens de uma entidade cujo trabalho consistia em descer às minas. Invisível para os humanos, era visível para os cavalos aos quais levava o conforto que lhes permitia sobreviver. Não sei se era uma entidade humana ou angélica — em todo o caso, dedicava-se ao alívio destes infelizes sem esperança. («Gostaria muito de fazer isso quando terminar a minha "viagem" terrestre!», disse-me a minha filha Éléonore, a quem eu tinha lido esta história.)

Um dos meus leitores tinha um belíssimo cão-lobo, que foi assassinado por um caçador. Enviou-me um magnífico poema sobre a morte desse animal:

«Meu companheiro, meu amigo, Partiste para os campos celestes Onde a luz é fulgurante, Reencontrarás essa vida de claridade Que deixaste para viver comigo? (...) Irá o teu desaparecimento tão súbito ajudar-me A ver mais claro em mim? (...) Não mais te ver, tocar-te, sentir-te E, contudo, continuar a viver como antes Tendo perdido um pedaço de si, Um pedaço do universo?»

Como o cão não fala, as pessoas pensam que ele não compreende, disse um dia Cayce (Leitura 552-2).

Na realidade, os animais são intermediários entre os Anjos e nós, entre os espíritos da Natureza e nós. Esqueceram-se as tradições do cristianismo, onde os santos eram representados com um animal: São Roque e o seu cão (que o vinha alimentar no seu eremitério), São Gil e a sua corça (que ele tinha defendido contra os caçadores[49]), São Huberto e o seu veado (ao qual deveu a sua conversão), etc.

É inútil tentar ver os Espíritos da Natureza se não se fez as pazes com o reino animal. Pode haver espécies de que se gosta menos — mas é preciso desarmar o coração em relação a elas. Se cada espécie vegetal tem uma lição espiritual a manifestar, como disseram os Devas em Findhorn, o mesmo acontece com cada espécie animal:

Pois cada animal, cada ave, cada criatura alada foi nomeada em razão de uma particularidade que possui — e que corresponde a uma etapa do desenvolvimento do Homem na Terra.

A Vida, quer se manifeste numa erva, numa rosa, numa árvore, num cão, num gato, numa ave, num animal, É uma manifestação daquilo que adorais sob o nome de DEUS. (Leitura 1367-1)

É uma esplêndida lição de vida (que os animais dão) e que é preciso estudar: há muito a ganhar com isso! (Leitura 294-87)

Como diz Pierre Monnier[50]: «Deus rodeou-nos de vidas inumeráveis, que qualificais inconsideradamente de inferiores.»

O que faz eco à leitura 1641-1 de Cayce, em que ele responde a uma pessoa que lhe fala dos

«REINOS MENORES: O ANIMAL E O VEGETAL»:

Estes reinos pertencem à Alma-Consciência universal.
Cada alma-entidade foi criada, isto é, começou, no começo, com o Pai.

Notareis que Cayce fala, nesta passagem, das almas-entidades dos reinos animal e vegetal — ele considera, portanto, também, que as plantas e os animais «têm uma alma».

Terminarei o capítulo com um artigo sobre o cão preso, que queria citar há muito tempo, publicado em 1989 em *L'Action zoophile*, jornal de defesa dos animais, animado pela muito corajosa Jeanne Gerdolle:

«Estamos longe dos *Tristes Tropiques*.

«Cenário: a bela campanha francesa, "a França profunda".

«Uma quinta estende-se sobre um fundo de França com as cores bucólicas das estações que se sucedem, imutáveis, suaves, quentes, rudes.

«Uma voz rouca esgota-se a cada aproximação: um cão na ponta de uma corrente demasiado curta ou demasiado pesada uiva a sua angústia, a sua incompreensão do mundo dito humano.

«Um cão condenado a ficar acorrentado para toda a vida, tendo por único abrigo a precariedade de algumas chapas de metal ou algumas tábuas soltas, com o nome de "casota", supostamente para o ajudar a sobreviver à canícula do verão, às intempéries do inverno.

«Este cão raramente morre preso, porque os seus bons donos, os nossos bravos agricultores franceses, abreviam os seus sofrimentos com um tiro de espingarda de caça quando o seu fio de voz exausto já não anuncia senão fracamente os visitantes.

«Ou melhor ainda, este pobre "já-não-serve-para-nada" será vendido, por 30 a 50 francos, em recompensa dos seus leais serviços, a um fornecedor de laboratórios: os seus ternos proprietários poupando assim um cartucho.

«A casota não ficará vaga por muito tempo; uns latidos tímidos, aflitos de ternura, de medo e de solidão, de um minúsculo cachorro asseguram já a substituição. Este apelo ainda impregnado de piedade e de amor pelos homens

transformar-se-á, com a crueldade do tempo e dos humanos, num sinal de alarme (...).

«A corda que se incrusta no pescoço do desgraçado lembra-lhe a inutilidade do sacrifício imposto; o seu papel de "escravo-objeto para toda a vida" não impede os nossos camponeses de dormir, embalados pela sua boa consciência e pelos latidos do seu cão mártir.»

O espírito dos lugares

Se há um «Anjo» ou Deva encarregado de velar por cada paisagem natural, há também um encarregado de velar por cada aldeia, cada casa...

Dorothy Mac Lean conta que teve ocasião de habitar nas encostas do monte Lassen, na Califórnia. É um vulcão que só dormita com um olho! O seu Anjo (um Deva V.I.P.[53]) apresentou-se assim:

«Permaneço nas profundezas e pareço invisível — mas trabalho com toda a força para mexer os detritos acumulados ao longo dos séculos, pois agora chegou o tempo da transmutação desses detritos. Sim, se seres como vós pudessem tornar-se claros e brilhantes, com o espírito cheio de luz, vós também poderíeis transmutar os detritos — e estaríamos unidos numa mesma atividade (...). Eu trabalho, como sempre trabalhei, mas sempre acorrentado a um esquema de funcionamento que aceitei, há uma eternidade (...). Vós outros humanos, sois a fina flor desse esquema — e é a vossa vez de usar o fogo para mudar a Terra, tal como a vossa tomada de consciência deve queimar os vossos detritos interior e exteriormente...»

A tradição afirma que há lugares bons e lugares maus. Alguns lugares são reputados «mágicos», têm algo de misterioso, uma potência escondida nas profundezas, como acaba de dizer o Anjo do vulcão Lassen. Assim fala o Cristo em *Visões do Nazareno*, que citei mais acima:

«Um dia, Eu voltarei (...). Aqueles que floresceram pelo amor e pelo sacrifício no passado (...) receberão o dom da memória. Reencontrarão esses poderes obtidos na solidão e no retiro que se tinham imposto (...). Esses poderes serão aumentados e vitalizados por correntes de força oculta, que serão geradas por centros sagrados na Síria e na Palestina. Há muito tempo, Eu abençoei esses lugares secretos para que pudessem tornar-se fontes sagradas (...). Ordenei que se escondessem talismãs em diversos lugares, que se tornarão fontes de forças espirituais, onde o fiel poderá vir curar o seu corpo e a sua alma. Alguns desses lugares sagrados foram criados no mundo ocidental e existem ainda hoje. E sobre cada um desses lugares sagrados vela um Anjo guardião.»

Anne-Catherine Emmerich, nas suas *Visões*, fala assim de Melquisedeque:

«Vi-o muitas vezes quando, muito antes do tempo de Semíramis e de Abraão, apareceu na Terra prometida que ainda era deserto — como se organizasse o território, como se escolhesse e preparasse lugares precisos (...). Foi assim que o vi abrir uma fonte numa montanha: era a fonte do Jordão (...). Melquisedeque colocou uma pedra no local onde devia erguer-se o Templo, muito antes da fundação de Jerusalém. Vi-o plantar como grão as doze pedras preciosas que estavam enterradas no leito do Jordão e sobre as quais se mantinham os sacerdotes que transportavam a Arca da Aliança no momento da passagem dos filhos de Israel. E essas pedras cresceram (...). Melquisedeque pertence a esse coro de anjos afetos aos países e aos povos.»

Cayce falou muito de Melquisedeque, que considerava ser uma encarnação antiga de Jesus (diz isso em várias leituras).

No que diz respeito ao «espírito dos lugares», eis o que ele aconselha a um dos seus consulentes, que outrora tinha sido um feiticeiro índio, especializado em hidroterapia. O senhor 707 queria reencontrar o lugar exato onde tinha vivido essa vida de curandeiro e perguntava a Cayce como poderia proceder:

Quando a entidade, no seu corpo atual, quiser conhecer melhor o eu que foi quando vivia nesse país (...), (não apenas por uma satisfação material, mas também por uma satisfação intelectual), deverá procurar localizar o lugar preciso. Que vá a essa parte do país, em certas estações, como lhe foi indicado. Pois aí há energias naturais — isto é, Energias da Natureza — que quererão colaborar com a entidade, para a ajudar a realizar o seu desejo: localizar com exatidão o sítio onde viveu. (Leitura 707-5)

Os arqueólogos deveriam solicitar esse tipo de «colaboradores» quando fazem escavações...

O consulente pede então a Cayce que lhe dê referências geográficas. Cayce responde fornecendo algumas precisões:

A primeira coisa a fazer será sentir os lugares no decurso de uma pacífica meditação no local (...). Tomai o tempo de o fazer, dois, três, quatro dias. (Leitura 707-5)

É o mesmo método que em Findhorn: oração e meditação. Esta permite entrar no estado de paz interior em que se começa a perceber as energias da Natureza. Cayce não emprega aqui a palavra «espírito da Natureza» (*Nature spirit*), mas o contexto indica bem que se trata de seres que têm uma vontade: que quererão colaborar com a entidade, diz ele («*that would work together with the*

desire of the entity»). Como ele declarava ao prospecto petrolífero na leitura que dei mais acima (1265-2), há no local duendes, gnomos — e um «espírito do lugar», que se encarregarão de indicar ao senhor 707-5 aquilo que ele procura!

Roger de Lafforest, que consagrou todo um livro aos espíritos da Natureza, fala nele muito destes «Espíritos dos lugares» que podem ser uma fada, anjos, diversos guias espirituais... ou, no caso dos «lugares maus», presenças maléficas pertencentes a diferentes categorias do baixo astral[59]. Pois isso também existe...

As manifestações de maus espíritos são seguramente uma das razões que levaram a Igreja primitiva a condenar em bloco todos os espíritos da Natureza. Um teólogo alemão, de nome Weinel, escreveu todo um livro para explicar que:

«As trocas com os bons espíritos produzem-se segundo as mesmas leis e sob as mesmas condições que as comunicações com os espíritos do mal. Só pelo conteúdo e pelo comportamento dos espíritos se pode ver a diferença.»

É certo que os cultos prestados aos espíritos da Natureza, às ninfas das fontes e das grutas, aos espíritos dos bosques, etc., foram em parte pervertidos.

«Os maus espíritos, potências que se manifestavam dia após dia (...), eram vistos pelos videntes dessas épocas (romana e grega).»

Houve certamente uma degenerescência dos cultos pagãos, «bacanais» ou «saturnais», que se transformaram em loucura destrutiva (em vez de serem uma forma de psicoterapia coletiva, como acontece em África, por exemplo).

A época não permitiu fazer a triagem: nós fazemos isso muito mais facilmente hoje. Como diz Jacques Donnars:

«O grande drama do nosso Ocidente é ter perdido o ritmo, ter excluído a dança do lugar da cerimónia.

«A Igreja foi sempre violentamente hostil às músicas que arriscavam arrastar os cristãos para o transe, acreditando que este é o caminho por onde os demónios, os diabos, os anjos decaídos, os duendes ou os *korrigans* tentam ocupar de novo aqueles que só são autorizados a adorar Deus, o único. No dia em que os dançarinos foram expulsos da Igreja, no dia em que deixou de haver dança sagrada, produziu-se uma rutura terrível (...). A um certo grau de perceção, tudo canta (...). Há uma linguagem mágica, uma maneira de afinar o mundo de dentro e o de fora, de encontrar ritmos que afinam as nossas almas e os lugares... Pois os lugares têm, de facto, "uma alma" e não têm todos as mesmas vibrações. Há lugares inspirados, mas também há maus lugares. É certo que se pode ser possuído pela entidade de uma cidade, de uma montanha, de um rio, de um lago, de uma floresta; eis-nos no

meio das dríades, das hamadríades, das ninfas, dos elfos, de tudo aquilo que o nosso judaico-cristianismo varreu, não deixando já nada — nas nossas campanhas — desse frémito do invisível ou do misterioso que eram essas pequenas virgens ingénuas aninhadas no fundo das antigas fontes.»

As tradições relatam a existência de fadas locais, ligadas não apenas a uma nascente, a uma fonte, a uma gruta, etc., como as ninfas — mas muito frequentemente, entre nós, a uma ruína. Numa comuna do Morbihan de cujo nome me esqueci, havia um velho castelo que se dizia habitado por uma fada. O proprietário, que vivia em Paris, fazendo pouco caso das superstições locais, decidira vender essa ruína que nada lhe rendia. No dia da venda, quando o leiloeiro anunciou o preço, ouviu-se uma voz clara, feminina, que respondeu: «Pois eu, proponho tanto», («tanto» era uma soma dez vezes mais elevada). Todos os homens se olharam, atónitos. Pois nenhuma mulher estava presente na sala. A cena passava-se em 1911, creio; e não era uso, na Baixa Bretanha, que se fizesse participar as mulheres numa venda pública. A voz invisível só podia ser a da fada. Então os homens, em silêncio, um a um, saíram da sala: o leiloeiro ficou sozinho. E a fada, de voz cristalina, ficou tranquilamente na sua ruína, que ninguém mais pensou em lhe disputar.

Os arquitetos de outrora eram muito mais sensíveis do que nós ao «espírito dos lugares». Esta perceção, esta atenção vê-se nos mais belos dos nossos monumentos antigos. Deles se desprende uma harmonia estrutural, certamente — mas também uma harmonia com o espírito do lugar e com as entidades invisíveis que aí habitam. É esta harmonia «total» que atrai os turistas, mesmo que não tenham disso consciência. Revi cem vezes os Inválidos, em Paris, maravilhando-me com o acordo secreto entre as formas da cúpula e a presença suplicante das entidades que a rodeiam. Pois o Hôtel des Invalides era a última morada dos velhos soldados, muitos dos quais foram ali enterrados — a sua presença ainda é percetível, e é por isso que se sente uma impressão de «frio» em torno do monumento. A forma, as linhas, o decor desse monumento estão em pleno acordo com essas presenças, ainda animadas de um grande amor pelo país que serviram como soldados. É ainda mais impressionante à noite, quando a cúpula está iluminada: um poderoso «espírito do lugar» aí reside.

Cuidado com as fadas Carabosse!

Havia também fadas más. «A crença nos seus malefícios era tão viva que, até ao século XVII, na igreja de Passy, se celebrava uma missa em cada estação para preservar a região da sua cólera.» Roger de Lafforest acrescenta que é pena que se tenha deixado de celebrar essas missas... dadas as calamidades que depois se abateram sobre essa aldeia do velho Paris...

Em França, temos uma riquíssima tradição de fadas locais. No Jura, era uma fada especial, a *vouivre* (...). Nos Vosges, «as damas verdes» são inseparáveis do lago de Longemer... Mas as três mais célebres das nossas fadas locais são Viviane, que reina sobre a floresta de Brocéliande, na Bretanha, a fada Morgana e a fada Melusina, protectora — (e antepassada!) — de uma família do Poitou que foi poderosa na Idade Média: os Lusignan do Luxemburgo.

Mas não são apenas as «Belas Damas» ou as «Carabosse» que estão ligadas aos «lugares»: por toda a França havia *farfadets*, duendes... Na Bretanha, os *korrigans* eram supostos habitar os alinhamentos megalíticos; consideravam-se também como uma espécie de bons génios protetores das aldeias.

Fico muito feliz por Cayce ter falado de todo este pequeno povo, cuja existência é universalmente atestada. E por ter falado deles atribuindo-lhes grande importância — como vimos na sua confissão à senhora 464: é um sinal de que vamos em direcção a outros tempos.

4. E se fôssemos dançar com os elfos?

E por que não? Eles esperam-nos! Os espíritos da Natureza acabam sempre por se manifestar àqueles que procuram a sua companhia com um coração sincero. Queria, neste último capítulo, encorajar a isso os meus leitores e leitoras. Eis por que decidi contar também as minhas próprias experiências.

As ondinas da Mancha

Quando as minhas filhas Gwénaëlle e Éléonore estavam no colégio em Inglaterra, eu ia vê-las uma a duas vezes por mês. O único inconveniente é que era preciso atravessar esse esgoto cinzento chamado a Mancha. Depois de ter experimentado todos os sistemas de transporte, sem encontrar nenhum de bom, acabei por me abonar ao aerodeslizador, o pior de todos. Uma vez em cada duas estava avariado por causa de tempestade, de avaria — ou de greve do pessoal!

Durante toda a viagem, eu sentia-me muito mal, estava num estado que só posso descrever como «fora de mim». Na verdade, como fui percebendo pouco a pouco ao tentar analisar o mal-estar, era uma espécie de estado de transe provocado pelas vibrações dos motores. Assim que o zumbido começava, eu sentia os meus três corpos a desapertarem-se — como um puzzle que se desencaixava apesar de mim. Perdia assim em parte o controlo do meu corpo físico (como é a regra geral em todos os estados de transe). Isso tornava-me difícil fazer os gestos simples que se pedem a qualquer pobre viajante: levantar-me para ir beber um sumo ao bar, fazer fila no câmbio, etc. O mal-estar só cessava ao tocar o porto.

Um dia, ao chegar a Dover com um tempo ambíguo, encontrei a Mancha no seu estado «Especial coleção de inverno». Matizes de cinzento; céu plúmbeo, mar liso e brilhante como uma folha de prata, luz fosforescente vinda não se sabe de onde... Ao mesmo tempo sublime e inquietante!

Assim que os motores começaram a zumbir, senti a minha visão a duplicar-se: eu via o mar, sim, e mais outra coisa por cima. Por cima de cada vaga, havia uma espécie de «vórtice», um turbilhão de energia animado, um ser vivo, como cada um dos indivíduos que compõem uma multidão. Havia-os a perder de vista. Cada um desses seres ocupava-se da «sua» vaga. Nunca poderei dizer quão belo e alegre era. Fascinada, fiquei com o nariz colado ao vidro da vigia durante toda a viagem. Quando tocámos a costa francesa, os motores abrandaram e recuperei o meu estado normal: a visão desapareceu, para meu vivo pesar. Eu estava numa alegria louca. Não sei como soube que eram os espíritos das águas: impôs-se-me.

Mais tarde, li as descrições feitas por pessoas que tinham visto, sentido e descrito a mesma coisa.

Tentei muitas vezes também perceber os pequenos gnomos nos cepos das velhas árvores — e os duendes nas chaminés. Nunca consegui vê-los «de frente», mas tive bastantes vezes a sensação da sua presença: via algo mexer-se «no canto do olho». (Quando não se olha para um sítio preciso e se vê qualquer coisa na orla extrema do campo de visão.)

Quando passeávamos de bicicleta, Lawrence Steinhart e eu própria, na floresta de Virginia Beach, perguntei-lhe se ele via por vezes os espíritos da Natureza. «Sim», dizia-me ele, «mas só ao canto do olho, quando viro um pouco a cabeça!»

O domínio de Boisset-les-Prévenches

É um castelo da Normandia, bastante antigo, e construído sobre um sítio ainda mais antigo...

A alameda que conduz ao castelo é ladeada de tílias tricentenárias. Uma noite, ao regressar da aldeia com Hugo de Bonardi — o dono do castelo —, tive medo: presenças invisíveis rondavam-nos. «Sabes que as pessoas da aldeia recusam absolutamente passar por esta alameda depois de cair a noite?», disse-me ele. «Fazem bem, isto está assombrado, assombradíssimo!», respondi eu, a bater os dentes... Hugo, habituado às «presenças», já não se inquietava. Eu passava noites em branco, no meio de ruídos suspeitos, silhuetas evanescentes, quadros que se mexiam sozinhos, portas que se abriam e se fechavam do mesmo modo... Olá, terror!

Andréa, uma amiga americana de Hugo, veio queixar-se a mim:

«Sabe, Dorothée, que esta noite acordei bruscamente. Alguém tocava no meu pé por cima do edredão. Vi à minha frente uma silhueta... e tive muito medo. Não quero dormir mais uma noite neste quarto!
— Pode-se acalmar o fantasma...
— Acha?
— Vou tentar.»

Eu já tinha notado que o quarto estava «habitado». Ora, conheço bem os hábitos de senhores e senhoras fantasmas: escondem-se sempre nas chaminés e nos espelhos. Coloquei-me diante de ambos e, tomada por uma cólera fria, interpelei a «presença»: «Já acabaste de lixar a Andréa, seu egoísta? Não é por tu não dormires que tens o direito de acordar toda a gente. Já acabaste de fazer birras de miúdo choramingas para que se ocupem de ti?»

O fantasma não respondia, mantinha-se quieto. Eu sentia que era do género de velho tipo bastante perdido. Estava a ouvir...

Então, eis o que te proponho: esta noite vou rezar por ti. Mas com uma condição: que deixes a Andréa em paz! Percebido?
«Andréa», disse eu a ela. «Acho que esta noite poderás dormir.»

Na noite seguinte, rezei o terço pelas intenções do fantasma. («Põe-te a andar, em vez de apodrecer numa chaminé normanda, nem sequer do século XVIII! Vai fazer turismo etéreo por outros planetas...»)

No dia seguinte, Andréa emergiu do seu edredão, absolutamente encantada: «Não vi o *dibbouk*!», disse-me ela (Andréa, judia e nova-iorquina, chamava os fantasmas pelo seu nome iídiche).

Este modesto sucesso deu-me a ideia de montar um «atelier de fantasmas» para os membros da minha associação «O Navio Argo». Foi um festival: nunca teria acreditado que se pudesse levantar uma tal densidade de espectros de todas as épocas por metro quadrado de pradaria normanda. Foi então que Hugo me assinalou que havia — também! — no fundo do parque, um lugar muito, muito estranho, reputado ser uma necrópole galo-romana, que nunca tinha sido escavada.

Ao cair da noite, fomos reconhecer o lugar. Éramos cinco: Hugo, «mestre e senhor dos lugares»; dois jovens estudantes, Guilain e a irmã, estagiários no castelo; uma amiga, Josée Giron, e eu própria.

Seguíamos por um caminho que se embrenhava na floresta. Chegada a meio desse caminho, coberto por árvores que faziam uma abóbada verde sobre nós, vi erguer-se entre os troncos uma alta silhueta negra. Tive a impressão de um venerável velho, meio árvore meio homem. *No trespass!* disse-me ele, o que quer dizer «Passagem proibida». (Eu recebia frequentemente mensagens de Cayce ou do meu pai nessa língua, pois, na época, trabalhava todos os dias a traduzir leituras.) No momento em que ouvia claramente essa voz, Guilain parou bruscamente:

«Eu não vou mais longe», disse-me ele.
— Porquê?
— Eu... eu não devo! Tenho a sensação de estar a incomodar alguém!»

Contei aos outros quatro o que tinha ouvido. A irmã de Guilain tinha ouvido muito bem o aviso e queria voltar para trás. Hugo, ele, não tinha percebido nada: normal, enquanto dono da casa, «não» lhe podia ser proibido estar em sua casa.

De volta ao canto do lume, discutimos para tentar definir aquilo que tínhamos «visto» ou «ouvido».

Guilain — o mais novo de nós — tinha sentido bem a presença. Ao analisá-la, eu não tinha a impressão de um «fantasma», como o incómodo da Andréa — mas antes de uma entidade do género «espírito do lugar» ou «guardião do limiar» — um ser encarregado, ao mesmo tempo, de velar pelos túmulos (invisíveis, aliás, no sub-bosque) e de impedir a degradação do sítio natural.

O Guardião do Limiar

Foi a primeira vez na minha vida que enfrentei esta realidade oculta. Todas as tradições falam dela com uma bela unanimidade. Os iniciados de outrora tinham todo um «percurso de combatente» a cumprir antes de serem julgados dignos de ser admitidos nos mistérios. O Guardião do Limiar guarda os tesouros à entrada do palácio encantado: tenta barrar a estrada aos céticos, aos poltrões, às pessoas de nível insuficiente. Mas aquele que tiver a coragem de o abater será admitido no «Sítio dos Bem-aventurados», ou das Fadas…

No Génesis, era o Querubim armado de uma espada flamejante que interditava a entrada do Paraíso Terrestre à humanidade decaída. O *Livro dos Mortos* e os textos antigos do Egipto desenvolvem abundantemente estes temas. Nos mitos gregos, o Guardião do Limiar era sempre um bicho asqueroso, de um género zoológico mal definido: a Medusa, a Hidra, a Quimera, o Cão Cérbero que guardava os Infernos, as Sereias... Na Grécia como no Egipto, os mistérios não eram

revelados a toda a gente: era preciso mostrar “boas credenciais”! A morte sancionava o fracasso, se o iniciado tivesse falhado uma das provas do percurso.

O mais notável destes mitos gregos é o da expedição dos Argonautas. Há, de facto, um tesouro: o Tosão de Ouro, símbolo do Conhecimento. Só se pode aceder a ele matando o Dragão que o guarda. Jasão, filho do rei de Argos, reúne à sua volta uma tripulação de célebres heróis gregos, que embarca no seu barco, batizado como manda a regra: o Navio Argo. Depois de algumas peripécias, chegará ao objetivo e, graças à inteligência de Medeia, a feiticeira, poderá vencer o Dragão. Jasão apoderar-se-á do Tosão e reembarcará são e salvo para a Argólida (com Medeia a bordo!).

Na Idade Média, o Guardião do Limiar é quase sempre um Dragão — primo do de São Jorge. A mitologia cristã atribui-lhe um perfil demoníaco — sem pôr bem em evidência o seu papel útil de seleção!

Ora, entre as leituras de Cayce, há uma, muito, muito misteriosa, em que ele fala de seres que desempenham a função de Guardiões do Limiar. Trata-se das célebres profecias sobre o Egipto, onde são anunciadas as descobertas arqueológicas que em breve se farão no planalto de Gizé, na sala subterrânea onde dormem os Arquivos da Atlântida.

E QUANDO SE ENCONTRARÃO DE NOVO ESSES ARQUIVOS?
— Uma câmara, ou antes um corredor, parte da pata direita da Esfinge até essa entrada da Sala dos Arquivos. Mas não se pode entrar aí sem ter a inteligência desses Mistérios.

E eis a frase significativa; lê-a bem:

Pois aqueles que foram deixados (no local) como guardas não deixarão passar antes que seja cumprido o período da sua regeneração no Monte (a Pirâmide), e a vinda dos Homens da quinta raça-raiz.

Eu tinha dado parcialmente esta passagem na p. 222 do tomo I de *O Universo de Edgar Cayce*. Eis o texto inglês — notavelmente obscuro:

«*This way will not be entered without an understanding, for those that were left as guards may not be passed until after a period of their régénération in the Mount, or the fifth root-race begins.*» (Leitura 5748-6)

Retomemos a análise: *The Mount* é a montanha feita pela mão do homem, isto é, a Grande Pirâmide, a que Cayce chama assim em muitas leituras. A quinta raça-raiz é a nova raça de homens, a da Era do Aquário, que deve chegar em breve (e já a vemos desenhar-se através das reações espantosas das nossas crianças).

Mas, antes que chegue esta nova raça, ainda têm de acontecer bastantes coisas: a inversão do eixo dos pólos e o regresso do Cristo (a partir de 1998, diz a leitura 5748-5). Por outras palavras, um fim de século muito agitado e uma nova tomada de consciência.

Esta «nova raça» é anunciada por todos os grandes videntes, e é apenas nesse momento que se poderá abrir a Sala dos Arquivos e compreender o seu valor. Até lá, é inútil: vimos gerações de arqueólogos partirem os dentes nas pedras de Gizé. Aqueles que foram deixados como guardas fazem tudo para os travar: as máquinas atolam-se na areia, os computadores baralham-se, os ultra-sons descarrilam, etc. Então, encontra-se aqui e ali uma barca solar ou um gato mumificado para matar a fome, mas ainda não é a descoberta do século...

Coloquei-me muitas questões ao traduzir esta leitura sobre a natureza desses *guards*. Tal como a frase está construída no contexto, trata-se de «seres» — anjos ou demónios? Estas sentinelas não são estátuas inertes, pois continuam em atividade (impedem que se passe por cima delas!) e deverão terminar a sua carreira por uma regeneração nas entranhas da Grande Pirâmide. Trata-se de entidades negras que terão de se purificar? De entidades prisioneiras? Cayce distingue-as da Esfinge, que foi colocada ali como uma sentinela, como um guardião (do limiar) («*as the sentinel or guard*»). Aí, é um guardião inanimado, visível a todos. Mas aqueles de que ele fala são vários (diz «*those that were left*»), indicando que há ali várias entidades distintas da Esfinge.

Não sinto estas entidades como pequenos espíritos da Natureza, tipo *korrigan* ou duende, mas como espíritos importantes, como as fadas maiores, dotadas de grandes poderes, de que falámos. Existiriam também entidades de criação humana, datando de uma época em que se era muito mais perito em magia do que hoje. Essas entidades «são sentinelas implacáveis, que guardam, por ordem, certos lugares ou certos tesouros escondidos. Estes guardiões incorruptíveis foram programados ao nascer, como máquinas, para cumprir uma certa tarefa. Enquanto o mecanismo estiver “dado à corda”, executarão a ordem recebida, sem jamais lhe pôr a mínima nuance de interpretação pessoal (...). Estas entidades podem ter sido criadas por um homem sozinho ou por um grupo de pessoas (...). Conhecem-se exemplos em que a entidade programada (...), ainda cumpre a sua função, séculos após a morte do seu criador. É muitas vezes a causa de dramas ou de acidentes inexplicáveis. Os arqueólogos, os saqueadores de túmulos antigos, são por vezes vítimas ignorantes desses guardiões invisíveis. Os descobridores de tesouros escondidos correm igualmente, sem o saber, riscos formidáveis». Tomo emprestadas estas linhas a Roger de Lafforest, que trabalhou muito sobre esta questão e coleciona testemunhos. O colaborador de Roger de

Lafforest, meu amigo Louis Viel (que anima com brilhantismo os nossos ateliers de geobiologia), está muito atento a tais presenças. Temos em França (como na Suíça, em Itália, em Inglaterra, na Bélgica...) um número muito grande de santuários antigos — que não se devem perturbar. A antiga maldição contra os violadores de túmulos, em muitos casos, ainda atua. Na minha última viagem ao Egipto, guardei-me bem de visitar certos hipogeus: tendo os Egípcios tido, na Antiguidade, a reputação de serem grandes magos (a Bíblia também o diz), estou convencida de que alguns dos seus rituais ainda atuam...

Voltando ao Egipto, creio que tudo vem a seu tempo. Se ainda não se pôde penetrar na Sala dos Arquivos, é porque ainda não se tem o nível espiritual exigido. A descoberta não serve para nada enquanto não se é capaz de a interpretar corretamente. O materialismo viscoso em que estão coladas as escolas de arqueologia ocidentais dá-lhes a vista curta.

Aprender a falar com os espíritos da Natureza

Depois da noite em que eu tinha visto os guardiões do limiar, voltei no dia seguinte de manhã ao mesmo lugar: já não havia ninguém. Concluí que a entidade só trabalhava em horário de expediente (diferente do dos humanos)...

No limite da floresta e dos campos cultivados, a minha amiga Josée tirou, ao acaso, algumas fotografias ao pé de um carvalho onde tínhamos «sentido» a presença de algumas pequenas entidades. Quando se revelou a fotografia, surpresa: diante das árvores, a alguns metros da objetiva, espalhava-se uma mini-nuvem, uma faixa de neblina. «Tu tinhas visto isso, Josée?»
— «Não», disse-me ela. «Aquilo não estava lá quando tirei a foto. Estava um tempo radioso, perfeitamente limpo, não havia a menor sombra de nevoeiro, nem ali nem noutro lado, e sobretudo não tão perto do solo, praticamente debaixo dos nossos pés: teríamos visto!
— Certamente. Eu tenho a certeza absoluta de que não havia nada que parecesse um qualquer tampão de neblina naquele lugar, nesse dia!»

O fotógrafo que revelou a fotografia desculpou-se: «Tentei atenuar essa mancha, mas não há nada a fazer.»

Alguns meses mais tarde, ao documentar-me sobre os espíritos da Natureza, li que a maior parte das pessoas que tinham percebido os Espíritos do Ar (elfos, duendes, fadas...) não os via sempre no seu aspeto tradicional — sob a forma de personagem — mas, ainda mais frequentemente, sob a forma dessas faixas de neblina de pequeno formato, que pairam em lugares onde, normalmente, não deveria haver nenhuma.

«Os Espíritos do Fogo, do Ar ou da Água — se acreditarmos nos relatos dos homens que tiveram contactos com eles — não só se manifestam sob aparências muito diversas, como também se contentam por vezes em sugerir a sua natureza interior fazendo cintilar cores, criando formas luminosas ou sombras (...), mantos coloridos flutuando um pouco acima do solo. São formas nebulosas coloridas, mas sem forma definida, que se deslocam em cor[68].»

Os resultados do primeiro atelier que eu animei em casa de Danielle Verne, na sua «Casa à beira do lago», espantaram-nos muito: toda a gente tinha «visto» alguma coisa. Para um, era um brilho insólito numa árvore. Para outro, era uma dessas faixas de neblina, essas «almofadas de matéria etérica» de que falei mais acima. Alguém tinha ouvido... a flauta de Pã! Pois esta não é um «mito». Os Espíritos da Natureza fazem música, e R. Ogilvie Crombie (op. cit. mais acima) dizia ter ouvido a flauta de Pã no fundo das florestas. Numa das fotografias do famoso livro *The Coming of the Fanes* aparece um gnomo a tocar um pequeno instrumento que se parece com um pífaro. Toda a tradição antiga o confirma: nas esculturas, nos baixos-relevos, na pintura, Pã e os pequenos faunos são representados por toda a parte a tocar instrumentos de sopro aparentados ao caniço e à flauta (eis por que a jovem Sylvia, de quem falava Cayce, sabia muito bem tocar pífaro ou flauta). Aquele que procura não só «ver» mas também «ouvir» pode muito bem fazer a experiência de «a flauta de Pã».

Danielle Verne (sobrinha do célebre Júlio! — e ela própria vidente de profissão —) pôde ajudar-nos a interpretar essas visões. Tínhamos também a vantagem de trabalhar em grupo, o que permite analisar, sem medo, experiências por vezes perturbadoras quando se vive sozinho. O primeiro dos nossos «ateliers de Espíritos da Natureza» (que foi também o primeiro alguma vez organizado em França!) foi um sucesso. Depois de nos termos exercitado durante um dia inteiro, todos tivemos a perceção desses espíritos. Os nossos participantes, largados na Natureza, tinham anotado cuidadosamente tudo o que lhes parecia insólito — tudo o que atraía a atenção do seu campo de visão, do ouvido, do olfato...

É preciso procurar os Espíritos da Natureza no seu elemento: os Gnomos em contacto com a Terra; as Fadas, os Silfos, os Elfos esvoaçando no Ar; as Ondinas junto da Água; as Salamandras no Fogo. Os espíritos da Natureza devem ser vistos no seu contexto: o campo. Algumas fadas são seres muito pequenos e encantadores, como as descritas por Anne Denieul no início deste capítulo... Outras, mais importantes, são entidades fortemente personalizadas — com poderes alargados que as colocam ao nível dos «Devas» ou Anjos. São essas que eram veneradas como divindades nos cultos antigos. Estão ligadas a um lugar —

que guardam — ou a uma família cuja casa protegem (como Melusina, de que falei mais acima).

Há também horas melhores do que outras: à noite, ao cair da noite, passam-se muitas vezes «coisas» — como acabámos de ver! Caso contrário, o meio da tarde, num belo dia de sol, é muito favorável ao contacto. Em astrologia, esta hora corresponde à casa VIII, colocada sob o signo de Escorpião — sempre dotado do dom de dupla visão! Nessas horas, olhando bem para a paisagem a duplicar-se, sente-se um certo flutuar interior — sinal de que se pode ter acesso a outras realidades.

Muitos livros foram escritos para dar «truques»: rituais de magia (traçar círculos, atrair fadas com papel de prata ou um espelho, etc.). Está bem, mas eu não sou muito ritualista: creio mais na abertura do terceiro olho, numa disposição do coração. Em suma, os rituais têm a sua importância, mas eu creio sobretudo na força do desejo. É a chave que permite contactar esses espíritos da Natureza, e é também o trunfo das crianças; é preciso voltar a uma certa frescura infantil, ser ainda capaz de admirar, de desejar com amor, se se quer obter um resultado!

Os nossos ateliers começavam, pois, sempre por exercícios de meditação profunda: voltar à paz, em harmonia com a Natureza, entregar-se sem reserva à Beleza que nos rodeia. Para isso, há lugares melhores do que outros: sobretudo nada de fábricas, nada de estradas principais, nada de turistas, nada de betão; se possível, água, que estimula as faculdades *psi*, como dizia Cayce. A «Casa do lago» de Danielle Verne era favorável aos espíritos da Natureza. Mais tarde, continuámos os nossos ateliers nesse outro lugar mágico: o castelo de Boisset-les-Prévenches, na Normandia, que já evoquei mais acima.

Experiências num domínio encantado

O domínio de Boisset-les-Prévenches é um lugar muito bonito, rodeado de horizontes azuis e de grandes florestas. Reina ali um silêncio bucólico — onde se pode finalmente ouvir o canto dos pássaros, o vento, o voo dos insetos. O velho castelo do século XVI integra-se no mistério do lugar. Os nossos ateliers tinham sempre lugar na primavera: as flores exalavam uma alegria, uma vontade de viver, que os nossos participantes sentiam profundamente. Eu tinha a sensação de ver, por cima do campo de colza, nessa luz amarelo-dourada, dezenas de pequenos seres esvoaçando de flor em flor.

A árvore-mestra da floresta era um carvalho de cinco troncos, que formava um conjunto poderoso — e, para dizer a verdade, uma presença. À sua volta reinava um profundo silêncio. Ele próprio era rodeado por uma espécie de clareira: as outras árvores pareciam afastar-se com respeito. Voltámos todos a meditar

diante desse carvalho; sensíveis à magia que dele se desprendia, tínhamos a impressão de estar perante grandes mistérios.

As grandes árvores tricentenárias da alameda eram verdadeiros indivíduos: cada uma tinha uma forma pessoal, diferente das outras, que exprimia a sua alma.

Havia em toda essa Natureza uma alegria, mas também uma reserva, um recuo desconfiado — uma hostilidade, quando se penetrava no sub-bosque: o Homem era o inimigo — e não cessávamos de pedir perdão aos Espíritos da Floresta pelas violências e pelo desprezo de que ela era objeto.

Vários de nós receberam mensagens — e exprimiram-nas, para emoção de todos.

Diante do castelo, num grande relvado, havia um grupo de três árvores que exprimiam a tristeza: corcundas, disformes, depenadas, com uma folhagemzinha completamente miserável. Reinava nessa zona uma impressão de tristeza desesperada, dando vontade de se sentar à volta delas, em silêncio, para as escutar. Pedi ao Anjo dessas árvores que me dissesse a sua identidade: eu não conseguia definir a espécie. «*Bald Cypress*», respondeu-me ele. «E aborrecemo-nos aqui até definhar, neste clima normando frio e húmido; não somos apreciados.»

Perguntei a Hugo o que sabia sobre essas árvores: «São, de facto, "ciprestes-calvos" que o meu avô trouxe dos Estados Unidos. Mas, sim, vegetam e eu não sei o que fazer.» Ora eu tinha visto ciprestes-calvos em Virginia Beach: são árvores muito grandes, que crescem na água dos pântanos tropicais, com troncos muito direitos e muito altos. Para respirar, as raízes saem da água fazendo uma espécie de falso cepo a que lá chamam *genoux*, em francês (pois o Sul foi outrora uma terra francesa).

Na Normandia, privados de sol e (onde estavam plantados) privados também de água, havia, com efeito, motivos para serem infelizes. Mas não é tudo: essas árvores exprimiam um desespero tal que sugeria outra coisa. Não era apenas o torturante mal do país... Fiz-lhes a pergunta. «Plantaram-nos num lugar de sofrimento», responderam-me. Ora o castelo tinha sido, no tempo de Henrique IV, o centro de uma grande batalha entre as tropas protestantes do futuro rei de França e as tropas católicas, que não o queriam como rei.

Era a guerra civil e a guerra de religião. Henrique IV pedira aos príncipes alemães que lhe enviassem soldados para o apoiar: eis por que tinham morrido ali, longe de casa, num abandono total, lansquenetes suíços protestantes: para as pessoas do lugar, eram estrangeiros e hereges. Inimigos, duplamente inimigos! Ninguém lhes tinha mostrado compaixão, ninguém tinha tratado as suas feridas,

ninguém tinha dado de beber a esses «cães de hereges» que sangravam. E ninguém se tinha preocupado em sepultá-los com uma verdadeira oração do coração. Tinham morrido num imenso nevoeiro de ódio. E, assim, tornados pesados, estavam pregados à terra que os vira morrer, pelas baixas vibrações de ódio, de medo, de desespero.

Um dos nossos participantes, Roger-Paul Tord, era suíço — valaisano mesmo! —, curador e vidente: captou muito claramente todas as suas mensagens, que nos transmitiu longamente. Chorávamos todos.

Inscrevi na minha lista de oração: «Não esquecer de rezar para libertar os lansquenetes de Boisset-les-Prévenches»! Em Paris, na semana seguinte, vieram assombrar-me todas as noites, a reclamar-me orações!

Quanto a Roger-Paul Tord, ao regressar, parou na fronteira suíça, abriu bem a sua caravana e disse aos lansquenetes: «Estais finalmente em casa! Agora, ponham-se a andar!»

Voltando aos espíritos da Natureza, este atelier provocou, após a nossa partida, reações extraordinárias em Boisset-les-Prévenches. Hugo contou-me que ocorreu uma série de factos estranhos. Alguns animais, que tinham desaparecido há muito tempo do domínio, voltaram a manifestar-se — para surpresa geral: viu-se um javali atravessar o campo sob as janelas do castelo (não se via há anos). Viu-se reaparecer uma águia (julgava-se que já não havia). Hugo, na sua ronda de inspeção diária, reparou em algo extraordinário: todas as flores silvestres, dentro dos limites do domínio, eram maiores, com cores mais brilhantes. Fora dos limites de Boisset, as flores eram mais pequenas e baças. E isso para toda uma série de espécies: a anémona, a violeta, o cuco, a rosa-brava, o narciso, a verónica, a prímula... Hugo estava cada vez mais espantado — e eu também, quando vinha constatar estes fenómenos perturbadores que se tinham seguido aos ateliers.

Mas o choque... foi o encontro do Galipote! Dei mais acima o relato de Anne Vernon, com a descrição desse encontro. «À noite, depois da partida dos participantes do atelier», contou-me Hugo, «fui como de costume dar uma voltinha na floresta. Vi chegar pelo caminho uma... como dizer?... uma “coisa” alongada, como se fosse um gato ou uma raposa. E senti que me roçava as pernas. Mas, ao “a” olhar de cima quando passava, vi que ela era... transparente! Eu estava com dois amigos, que também a viram. No dia seguinte, voltei ao mesmo lugar, com Antoine d’O..., promotor imobiliário especializado na criação de campos de golfe. O mesmo fenómeno repetiu-se: a “coisa” translúcida enrolou-se à volta das pernas de Antoine d’O... que gritava apavorado: “Mas o que é isto?” O Galipote defendia a sua floresta: não queria que se abatessem as árvores para construir um golfe no

lugar. O promotor, enojado por esta estranha aventura, não insistiu. Tenho a certeza absoluta de que estes ateliers de comunicação com os espíritos da Natureza foram um grande encorajamento para eles: agora não cessam de nos testemunhar a sua presença e a sua amizade!»

II

A REENCARNAÇÃO COMO CHAVE DA HISTÓRIA: AS MARGENS DO LEST

Quando eu era solteira e o meu nome figurava numa lista de passageiros — ou de laureados — o mesmo fenómeno sonoro repetia-se regularmente: a meio da leitura dos nomes, o locutor perdia a voz numa cascata de sibilos onomatopaicos: *Mademoiselle Kcheu-cleun-tchine-Tchouarte*. Por outras palavras, Mademoiselle Koechlin-Schwartz. Era a mim que chamavam! O meu nome não era comestível para uma mandíbula hexagonal. Não era francês. Ninguém sabia o que era. Porque era suíço!

A minha família de origem era, portanto, suíça. Descida na Idade Média de uma montanha altíssima, empoleirada num cantão de que ninguém em França alguma vez ouviu falar: São Galo (Saint-Gall). No entanto, é um cantão "de gema", o mais suíço de todos os cantões (à parte, obviamente, do que se chama Schwyz, que os franceses também não conhecem). O cantão de São Galo produz um superqueijo, vacas leiteiras arquidesportivas e muitos cogumelos. Outrora, há muito, muito tempo, produzia também cavaleiros saqueadores, entre os quais os da minha família.

Os ferozes helvéticos tinham acabado, com o passar dos séculos, por acalmar e transformar-se em burgueses respeitáveis. Faziam vinho, relógios, fitas de seda — e muitos discursos moralistas. No Século das Luzes, Jean-Jacques Rousseau, Saussure, Euler e Bernoulli tinham iluminado o mundo civilizado, enquanto as cidades suíças se tornavam o refúgio das liberdades.

A partir de Basileia, onde os Koechlin se tinham instalado, eles contribuíram para animar essa região. Mais tarde, na Alsácia do sul, criaram Mulhouse, uma república livre aliada aos cantões suíços. Eis por que me interessava saber se Cayce, nas suas leituras sobre a História, tinha falado destes países fronteiriços de dupla cultura, que durante muito tempo se chamaram as "Marches de l'Est": Suíça, Alsácia, Lorena, Flandres e todos os países ao longo do Reno.

Um dia, na Fundação Edgar Cayce, em Virginia Beach, quis enviar um livro para a Suíça. Dirigi-me ao *shipping department* (serviço de expedições) para ver se se podiam encarregar disso. "Para que país?", perguntou-me o jovem funcionário. "Switzerland" (a Suíça), respondi, segura da existência deste país soberano. O

jovem lançou um olhar ansioso sobre o planisfério, seguiu com o dedo o trajeto dos seus pensamentos — já embarcados no Transiberiano — e acabou por aterrar em Kamchatka. Tive de lhe precisar que, até à data, a Suíça era um país da Europa; não sabia que ela tinha — tal como os lagos selvagens do deserto de Gobi — deslocado os seus penates a milhares de verstas para leste... "Ah, bom!", respondeu-me placidamente o funcionário, que retomou o Transiberiano em direção a Moscovo. Um pouco irritada, achei por bem precisar que a "Switzerland" jazia, desde Guilherme Tell, entre a França, a Áustria, a Itália e a Alemanha. Por sorte, o rapaz tinha ouvido falar deste último país — onde as bases americanas liam muito Edgar Cayce.

Esta história típica da América profunda tinha-me deixado pouca esperança para as minhas investigações sobre a Alsácia. Já as minhas declarações caíam em saco roto quando eu dizia que era luso-francesa/luso-suíça (ao ouvir a palavra "França", as pessoas respondiam-me em espanhol: "Ah, vem da América do Sul?"). Imaginem então encontrar um pequeno vale entalado entre dois países que não existem... Contudo, um dia, à força de repetir "procuro leituras de Cayce sobre a Alsácia", um bibliotecário muito idoso de origem alemã, Burley von Schoen, disse-me: "Mas temos alguém aqui, na Fundação, que poderia informar-vos: a Frieda! Ela é de 'Haaltzasss-Lowreeene'!". Chorando de emoção, precipitei-me para casa dela. De facto, a mãe dela tinha imigrado da Alsácia-Lorena em 1871. Expliquei-lhe que eu era da Alsácia — mas não da Lorena. Ar espantado da senhora, que me deu a entender que a Alsácia-Lorena era para ela uma entidade indissociável. E que esta (ao contrário da Suíça) tinha o mérito de existir no mental da América profunda...

Porque, ao falar com ela, percebi que, afinal, as duas únicas vagas de imigração francesa que marcaram a memória coletiva dos Estados Unidos são:

1. Os Huguenotes;
2. Os Alsacianos-Lorenos.

Os primeiros foram os protestantes expulsos pela Revogação do Édito de Nantes em 1685, um erro crasso de um Luís XIV envelhecido. Este decreto, que recusava qualquer dignidade legal aos súbditos não católicos do rei, expunha-os a todo o tipo de perseguições — daí a sua fuga para fora do reino. A família Cayce fazia parte desta primeira vaga de imigrantes.

A segunda, muito mais tarde, vinha das duas províncias francesas que passaram, depois de 1870, para debaixo da "bota prussiana", ou seja, sob controlo alemão.

Quanto ao povoamento do Canadá e da Luisiana, sobretudo composto por gente das províncias marítimas (bretões, normandos, vendeanos) que se estendeu ao longo de três séculos, falarei disso mais tarde, no volume IV.

Se o americano médio nos espanta geralmente pela sua grande ignorância em relação à França, é porque viu desembarcar muito menos franceses do que outros imigrantes. O nosso país exportou muito pouca gente em comparação com as massas de irlandeses (expulsos pela fome da batata), as massas de ingleses (expulsos pelas guerras de religião), os alemães (ejetados pelo nazismo), os italianos (desmoralizados pela miséria do *Mezzogiorno*), os escandinavos (desencorajados pelo sol da meia-noite), os gregos (expulsos pelos turcos), os judeus asquenazes (decimados pelos pogroms)... Cada uma destas etnias estava representada por grupos numericamente muito mais importantes do que as raras vagas de imigração francesa.

Conclusão evidente: a França é um país abençoado pelos deuses, de onde muito pouca gente quis partir definitivamente. Não que não tenhamos tido o nosso quinhão de misérias. Mas beneficiámos durante séculos de um clima muito suave e de uma qualidade de vida excecional. O cheiro do *croissant* quente, o sabor subtil da omeleta com cogumelos, o aroma de um bom vinho exprimiam um pacto secreto com a Natureza, um acordo espiritual com as Forças Criadoras, como diz Cayce. Os estrangeiros que acolhemos sabem-no melhor do que nós.

A este respeito, Cayce afirma:

Nunca alimentem a ideia de que a França possa ser eliminada da Terra. (Leitura 2072-15)

Assim, segundo ele, a "entidade França" atravessará vitoriosamente ainda alguns séculos — embora isso possa ter parecido, por vezes, bastante comprometido...

A vocação marciana das "Marches de l'Est"

As "Marches": a expressão designava, na Idade Média e desde Carlos Magno, as províncias fronteiriças do Império Carolíngio. Eram países de transição, marcados por uma dupla cultura. A sua ambivalência inquietava Carlos Magno, que as considerava "pouco seguras". Tinha, por isso, colocado à sua frente condes (*grafs*, ou melhor, *markgrafs* ou "marqueses") enérgicos, encarregados de manter a ordem. Assim, estas *Marches*, muito militarizadas, formavam uma espécie de escudo protetor em redor do Império.

Para Carlos Magno, cuja capital era Aachen (Aix-la-Chapelle), as *Marches* de Leste situavam-se nos confins germano-polacos. Para nós — o Reino de França,

com Paris como capital —, as *Marches de l'Est* são estas regiões limites na franja oriental do nosso país. Regiões mais ou menos integradas ao longo dos séculos no nosso espaço político e cultural: Suíça, Alsácia, Lorena, Flandres, Saboia, que foram incessantemente, ao longo da nossa história, assoladas por exércitos estrangeiros.

Estes países, entalados entre grandes impérios, foram constantemente vítimas dos antagonismos dos seus poderosos vizinhos e, portanto, transformados em campos de batalha. As *Marches de l'Est* são também o "Campo de Marte"! Sabe-se que a tradição astrológica atribui a cada país uma influência zodiacal e planetária específica. Estes países fronteiriços estão — pelo menos desde que a história lhes chama *Marches de l'Est* — colocados sob a poderosa influência de **Marte**, que simboliza a energia. Esta, dependendo da forma como é aplicada, pode levar à guerra ou à atividade pacífica, criadora de prosperidade. Nestes países que se estendem ao longo do Reno, as pessoas têm um temperamento ativo. A sua energia "marciana", aplicada à arte militar, faz deles soldados excecionais (como os mercenários suíços, por exemplo).

Será realmente um acaso o facto de *A Marselhesa* — (cujas palavras a maioria dos nossos concidadãos prefere esquecer!) — ter nascido em Estrasburgo? O nosso hino nacional incita-nos, sem complexos, ao combate: «Marchemos, marchemos, que um sangue impuro abeber os nossos sulcos» e outras doçuras da mesma pena... Não acredito no acaso dos locais de nascimento. Tudo é um sinal. Assumamos, pois, a «*furia francese*», é bem uma parte de nós mesmos...

E quando estes povos, como diz Cayce, aplicam a sua poderosa energia marciana à expansão económica, isso resulta no «milagre alemão»; ou na prosperidade suíça; ou ainda na Lorena com os seus altos-fornos (a metalurgia está tipicamente sob a influência de Marte!), as suas célebres faianças (Sarreguemines, Lunéville...), as suas vidrarias (Baccarat): todas as «artes do fogo»!; ou o deslumbrante sucesso industrial, social e artístico da Flandres... Sucesso material que suscita imediatamente a cobiça dos poderosos vizinhos:

«Há seis mil anos que a guerra Apraz aos povos quezilentos E Deus perde tempo a fazer As estrelas e as flores»

como dizia Victor Hugo (otimista quanto aos seis mil anos...). A última grande batalha nas *Marches de l'Est* foi Arnhem, em 1944[73].

Todas as leituras de Cayce sobre estes países mencionam as clivagens, as devastações trazidas pela guerra e pelo invasor: tempos conturbados, territórios assolados por exércitos, dissensões entre os povos. Não há uma única leitura sobre estes países que não evoque a sua dolorosa história. Eis um exemplo típico

(embora a leitura seja difícil de situar geograficamente entre a Flandres e a Alsácia):

Na encarnação antes desta, a entidade encontrava-se no país chamado agora França. Nesse tempo soprava a revolta. Os saqueadores normandos chegavam do norte. A entidade estava entre os que defendiam o vale do Baixo Reno. Chamava-se Ulda... (Leitura 2894-1)

O conjunto de leituras que vamos ver remete-nos para uma grande questão, sempre atual: **O que é uma nação?** Define-se pela língua? Pela religião? Pela raça? Não propriamente: temos o exemplo da Suíça, a qual, apesar das suas quatro línguas oficiais e das suas duas religiões, dá provas de uma exemplar coesão nacional.

Estas questões são sempre de uma atualidade flagrante na hora do debate sobre a imigração. Vemo-nos compelidos a refletir sobre a nossa vontade de existir enquanto país soberano. Sobre que base existimos? A nação define-se por uma história comum? Pela cultura? Seria antes isto: «Um povo é povo pela vontade do povo», diz André Comte-Sponville, «e esta vontade é o produto de uma tradição cultural.»

«Fala-se do "direito à diferença", mas existe também um "direito à semelhança". Entre todas as diferenças que fazem a diversidade das culturas, a "francidade" (caracteres próprios à cultura francesa) é também uma que merece, tanto como outras, ser defendida.»

«Um país não é apenas um território: é uma criação herdada do passado e que devemos transmitir. A França não se perpetua pelos genes dos seus habitantes, mas pelos seus livros, pelos seus museus, pelas suas aldeias, pelos seus costumes (...), por esta francidade, certamente diversa e movente, cuja força apenas soube, através dos séculos, reunir num todo estes escassos milhões de "sangue misto" de quem somos herdeiros e continuadores.»

Acrescentarei outro elemento, perfeitamente ignorado atualmente pelos media e pelos sociólogos: **a reencarnação de «entidades» que já viveram no mesmo país**. Tal como no Antigo Egito, onde as pessoas que desejavam reencarnar no mesmo vale do Nilo o expressavam através de um ritual apropriado, a França é um país para onde regressam velhas almas que foram francesas. É este mecanismo que assegura a continuidade de uma civilização: as almas estão ligadas ao projeto espiritual que se exprime no tempo e no lugar de uma cultura precisa.

Marcel Proust, que podemos reler indefinidamente, dizia: «O que aproxima não é a comunidade de opiniões, é a consanguinidade dos espíritos» (*À Sombra das*

Raparigas em Flor). Tal expressão, se pode parecer poesia para a maioria dos leitores, ilumina-se à luz da reencarnação: os espíritos foram aparentados em diversas vidas. A sua consanguinidade física numa dá-lhes uma «consanguinidade do espírito» na seguinte — levando-os a reencarnar em grupo.

Nas *Profecias de Edgar Cayce*, consagrei vários capítulos aos Direitos do Homem e do Cidadão, a célebre Declaração de 1789, vistos pelas leituras. No entanto, «os direitos do homem e os do cidadão devem ser separados: os primeiros são universais, os segundos não o são. Ser francês não faz parte dos direitos do homem». Estes, «o direito à saúde, à educação, à segurança, à dignidade, não devem ser confundidos com o direito de pertencer a este ou aquele povo pela cidadania», diz ainda André Comte-Sponville.

A guerra foi sempre provocada pelo desconhecimento destes grandes princípios. As leituras de Cayce sobre as *Marches de l'Est* convidam-nos a meditar sobre estes grandes temas.

1. Ao passar pela Lorena

«En passant par la Lorraine Avec mes sabots Rencontrai trois capitaines Qui m'ont appelée vilaine Oh ! Avec mes sabots !»

E pronto! Em cinco versos, a canção popular disse tudo: que a Lorena é um país de transição, uma zona de passagem de exércitos — de que sofrem as populações locais.

Será a presença das minas de ferro que dá a este país uma vocação guerreira? A Lorena produziu ilustres capitães, como «Joana, a boa lorenense, que os Ingleses queimaram em Ruão» (como recorda Villon). E o marechal Lyautey, e o general de Gaulle... Sem esquecer o almirante Muselier, que impôs como símbolo da França Livre a cruz de Lorena — a sua terra de origem.

Maurice Barrés atribui abertamente a energia lorenense ao «espírito dos lugares»:

«Os quatro ventos da Lorena, e o sopro inspirador que se exala de um lugar eternamente consagrado ao divino, reativam em nós uma energia indefinível» (*La Colline inspirée*).

País de transição, país ambivalente, logo, país sempre suspeito aos olhos dos vizinhos: «Lorenense, traidor a Deus como ao seu próximo», repetia o meu sogro, Henri de Bizemont, que era de Nancy. País eternamente sacrificado: em cada invasão, os exércitos batem-se em solo lorenense; e desta dolorosa história

testemunham os grandes cemitérios militares que podemos visitar hoje (Douaumont).

Todas as leituras de Cayce sobre a Lorena descrevem os horrores da guerra:

A entidade vivia numa época de hostilidade entre os dois países conhecidos hoje como a Alemanha e a França, nessas regiões fronteiriças que viram o seu território assolado pelos exércitos. O seu nome era então Ruhenhs. E nesta experiência de vida, a entidade progrediu moralmente graças às ocasiões de ajudar os outros. Isso trouxe-lhe grandes alegrias pessoais, um grande florescimento espiritual. Daí vem hoje este traço do seu carácter que é a necessidade de justiça: defende voluntariamente aqueles que são perseguidos. (Leitura 2842-1)

É interessante precisar aqui a história cármica deste consultante americano. Antes da sua vida atual, a entidade tinha sido — também nos Estados Unidos — uma «bruxa de Salem». Já evocara no volume I este sombrio assunto, que nada ficou a dever à Inquisição europeia pela sua crueldade. Uma atroz conjunção de fanatismo, de puritanismo... e de misoginia militante, visto que as *Salem witches*, as vítimas, foram na maioria mulheres.

Na encarnação ainda anterior, o consultante era um escultor grego — mas uma vez mais num tempo em que a guerra grassava nas ilhas. E por que diabo se encarna em períodos conturbados? Muitas almas sabem que apenas farão progresso no sofrimento. Encarnam-se, portanto — de propósito — em períodos difíceis.

Mas continuemos as leituras sobre a Lorena, recuando no tempo até à época das grandes invasões.

Entre as estadas terrestres que influenciam atualmente a entidade, há aquela em que vivia em França. Nesses tempos antigos, atividades militares opunham os franceses àqueles que se chamam hoje os alemães. Nesse tempo, havia os Hunos, os ingleses ou os espanhóis. (Leitura 1624-1)

A frase de Cayce, pela sua mistura de precisão e imprecisão, amalgama povos muito diferentes. A menção aos Hunos data a leitura: eles assolam os países do Leste, Alsácia e Lorena, no século V. Por outro lado, aqueles invasores que se chamam hoje alemães, são os Alamanos, os quais progridem em França a partir de leste (Clóvis detê-los-á na batalha de Tolbiac, por volta de 495-496). Pouco a pouco, uma parte deles estabilizar-se-á no Jura, na Borgonha, na Lorena e na Alsácia. Outra parte estabelecer-se-á na Suíça e a leste do Reno, onde se tornarão aqueles que hoje chamamos alemães, como diz Cayce na sua bizarra fraseologia!

Quanto aos outros países mencionados pela leitura, é tipicamente um ponto de vista de não-europeu para quem a Europa não passa de um minúsculo pedaço de continente, um formigueiro onde fervilham pessoas quase todas iguais (vistas de longe). Com certeza, quando lá se habita, distingue-se: a França não é a Alemanha, a Alemanha não é a Espanha, e esta não é a Inglaterra... Tudo é uma questão de telescópio, mais ou menos potente, através do qual se pode ou não distinguir as estrelas da bandeira europeia. Estas aparecem nas leituras — vistas da América — como luzinhas minúsculas, ao passo que as nossas diferenças — para nós, que temos o nariz em cima delas! — nos parecem incontornáveis...

Quando lemos a imprensa americana, ficamos surpreendidos com o amálgama que faz dos países estrangeiros. Quando eu estava na «Beach», enfurecia-me ao ler o *Virginian Pilot* e outros *shimboums* da Costa Leste: as notícias do estrangeiro eram espremidas numa única página em duas colunas. À direita, países capitalistas («amigos»); à esquerda, países comunistas («inimigos»). Era nesta última coluna que eu tinha de ir procurar a França, entalada entre Cuba e o Volga... A imprensa não fazia qualquer diferença entre a União das Repúblicas Socialistas Soviéticas e o Hexágono socialista de Mitterrand!

Hoje, os jornalistas americanos encontraram um novo cesto para pôr todos os pobres caranguejos da Europa juntos: é a rubrica «E.C.» (*European Community*).

Cayce faz o mesmo... para os seus consultantes, cujo interesse pela história europeia é a última das preocupações! Com, além disso, uma jovem secretária que não compreende por que razão o seu charmoso patrão de olhos azuis insiste em ditar-lhe todos estes nomes estrangeiros. Incompreensíveis para ela... logo, sem interesse (encontrei até leituras onde ela é severamente repreendida por Cayce adormecido: «Menina, um pouco mais de atenção!»).

A leitura 1624-1 começa por descrever uma situação geral de grande confusão: o período dito das «Grandes Invasões» viu deflagrar sobre a Europa de Leste não só os Alamanos — os «alemães ranhosos» da época! — e os cavaleiros mongóis de Átila, mas muitos outros povos, incluindo os Saxões (que se instalarão na Inglaterra), os Visigodos (na Aquitânia e em Espanha), etc. A menção destes países por Cayce explica-se, portanto, muito bem. Se cita estes dois entre cinquenta outros, é provavelmente porque marcaram mais precisamente a etapa de vida do seu consultante. Mas retomemos a leitura:

E ali, reencontramos a entidade no meio de todos estes conflitos. Não apenas interessada pelo problema nacional e militar, não apenas patriota — apenas o que era necessário para a sua época e o seu país. Na verdade, a entidade estava mais interessada pela expressão artística, pelo desenho e pela caricatura, o que lhe

permitia ter o seu lugar e a sua influência no meio dos indivíduos e dos grupos. E através desta atividade, o que lhe interessava era a forma como se pode controlar politicamente as pessoas, exercendo uma influência intelectual pelo desenho e pela escrita.

O nome desta entidade era Hans Bergermen. Muitos nomes terminavam em «man» com um «a» — o dele era «men» com um «e».

No que diz respeito ao progresso espiritual no decurso desta encarnação, a entidade ganhou — perdeu — e depois voltou a ganhar! Pois no decorrer dessa vida, tomou cada vez mais consciência da sua aptidão para o poder — e nem sempre para o maior bem de outrem! (...) Eis por que, hoje, lhe encontramos não só talentos de chefe, mas também um temperamento de artista... É apaixonada por tudo o que é histórico e geográfico! (Mesma leitura)

Cayce não precisa se Hans Bergermen (com um «e»!) era lorenense. Mas se este nome de dupla raiz germânica (*Berger – men*, ou seja, homens da montanha) o situa, de facto, nas *Marches de l'Est*, ele não soa propriamente alsaciano. Situá-lo-ia antes na Lorena. Tudo o que se pode dizer é que vivia na zona de passagem dos Hunos no século V.

A primeira vez que li — muito depressa — esta leitura, julguei tratar-se de Hansi, o nosso célebre caricaturista que tão brilhantemente pôs o seu talento ao serviço do seu patriotismo alsaciano-lorenense. E depois, ao reler a leitura, a evidência impôs-se: tinha-me enganado. Hansi não data dos Hunos, nasceu em Colmar a 23 de fevereiro de 1873 e morreu na mesma cidade a 10 de junho de 1951! O seu verdadeiro nome era Jean-Jacques Waltz — e não Hans Bergermen. Naturalmente, o *Benezit* (Dicionário de artistas) não menciona nenhum Bergermen. As Grandes Invasões foram há demasiado tempo: perdeu-se o rasto dos artistas desse tempo!

Ainda uma leitura sobre os invasores:

A entidade vivia nessa zona que se estende entre estes países chamados hoje a França e a Alemanha. Fazia parte desses povos que se encontraram na rota das Grandes Invasões — e não pôde permanecer na Terra senão por um curto período, pois sofreu muito fisicamente com essa experiência. Chamava-se Werltz — e a lição espiritual que dela extraiu foi a tolerância. Cresceu moralmente, tornando-se paciente. Eis por que hoje surpreende frequentemente os outros pela sua paciência e pela sua tolerância. (Leitura 2913-3)

Uma última leitura onde aparece claramente o nome de «Lorena»:

A entidade estava nesse país que se designa agora como o «Hinterland», ou seja, o país situado entre o que é conhecido atualmente como França e Alemanha. Era uma época de convulsão catastrófica e de dissensões entre esses povos.

A entidade, portanto, estava no país que hoje chamamos a Lorena — e o seu nome era Henderich.

Foi uma vida de sofrimentos físicos e morais — e contudo, a entidade ganhou ali muito espiritualmente. Pois estava empenhada ao serviço da Igreja, onde as pessoas se reuniam, nesse tempo. E no meio dos combates e das devastações da guerra, a entidade encontrou em si mesma o dom de acalmar os espíritos. Apaziguava a angústia dos humildes e daqueles que tinham perdido tudo. Pôde trazer-lhes um grande conforto pela sua elevação espiritual. (Leitura 453-1)

Basta visitar a Lorena para constatar o rasto material das guerras: a destruição quase geral dos monumentos antigos, das aldeias e dos castelos! Mas a perda material é ainda mais dolorosa quando se é materialista. Se se aceitar integrá-la numa perspetiva espiritual, as amarguras suavizam-se. É o sentido desta belíssima leitura, que se poderia intitular *A Balada dos Pobres Lorenenses*...

Para terminar este capítulo sobre a Lorena (e fazer a transição para os seguintes, onde falaremos das Cruzadas), eis a história de um cruzado lorenense:

A entidade estava nesse país hoje conhecido como a França, mais precisamente na região chamada a Lorena. Região fronteiriça, fortemente submetida a influências estrangeiras cuja potência e influência eram já, nesse período, uma causa de atividades belicosas. E ali reuniram-se muitas pessoas de países diversos para partir em cruzada. Tratava-se de defender ideais e objetivos que as pessoas tinham na cabeça e no coração nesse tempo. (...) O seu nome era Cauxdao — e não foi uma vida fácil... (Leitura 1023-2)

Encarnações na Lorena — como as que veremos mais adiante na Alsácia — são todas vividas num clima de extrema insegurança, que obriga as pessoas a desenvolver ao máximo a sua energia para sobreviverem. É, aliás, o que acontece à personagem acima citada, a qual, diz Cayce:

... se despendeu em atividades para ajudar os outros, para os ajudar a enfrentar cada vez melhor, mental e fisicamente, as duras condições de vida criadas por guerras de que foram contemporâneos na experiência da sua estada terrestre, nesse tempo. (Mesma leitura)

2. O Milagre Alsaciano

A Tragédia Alsaciana

À hora da reconciliação franco-alemã e dos esforços em prol da unidade europeia, é mal visto evocar a nossa dolorosa história comum. E, no entanto, hesita-se em falar do Holocausto, do *Exodus*, da *Shoah*, de Dachau? Não. Ora, acontece que os alsacianos também tiveram a sua *Shoah*, o seu holocausto, o seu *exodus* — e disso ninguém fala! Tiveram até o seu campo de concentração, que não ficava nada a dever a Dachau: era o **Struthof**, acima de Estrasburgo. Então, porquê calar esta tragédia? Esquecer os heróis é enterrá-los duas vezes. Eles merecem melhor.

O que o grande público não sabe é que não foram apenas os judeus as vítimas do monstro: os alsacianos também foram selvaticamente dizimados. Tiveram também milhares de mortos e de deportados. Nunca se fala disso. Porquê? Para não desgostar os nossos amigos de além-Reno?

Pois faço questão de repetir aqui: os alsacianos não são alemães. No século VIII, os textos antigos faziam a distinção entre *Alamani* (os alemães) e *Alsatii* (os alsacianos)! O meu pai, muito ligado às suas origens de Mulhouse, que falava na perfeição os diversos dialetos alsacianos, corrigia cada vez — com muita firmeza! — os ignorantes que se permitiam confundir. «Não», dizia ele, «nós, alsacianos, NÃO somos alemães! Não é por falarmos uma língua germanizada (mas com raízes latinas e celticas) que somos, por isso, alemães! Não o somos mais do que os belgas, os islandeses, os noruegueses, os suecos, os dinamarqueses, os holandeses, etc., que também falam uma língua germânica.»

E se a língua alsaciana é ainda considerada um dialeto, é porque a Alsácia nunca pôde adquirir o estatuto de Estado soberano, sorte de que beneficiaram a Bélgica, a Islândia, a Noruega, a Suécia, a Dinamarca, a Holanda, etc. Foi o seu estatuto político de Estado independente que promoveu os seus dialetos ao estatuto honorífico de línguas escritas e faladas oficialmente. Enquanto o pobre *elsäsich* manteve a sua etiqueta desvalorizadora de dialeto.

Os Alsacianos, portanto, falam primeiro alsaciano. E depois, quando vão para a escola, aprendem as outras duas línguas obrigatórias, por turnos na sua história: o alemão ou o francês. Resultado: todo o Alsaciano é trilingue! (E quando é filho de um imigrante polaco ou italiano, quadrilingue com certeza!) Adicione-se o inglês, que todas as pessoas cultas acabam hoje por "arranhar" mais ou menos... Eis por que o meu pai, não sendo Alsaciano por acaso, me dizia: «A partir da quinta língua, todas se assemelham... Já não exige muito esforço aprender uma sexta ou uma

sétima!» (Ele próprio falava fluentemente oito, além de duas ou três línguas mortas — pequenas bagatelas para um arqueólogo).

Tal exercício linguístico desenvolve a inteligência, a memória, as faculdades de adaptação: é talvez a primeira explicação do alto nível cultural constante na Alsácia ao longo dos séculos. Por exemplo, no século XIX, o analfabetismo ali era inexistente: todos os camponeses sabiam ler e escrever (o que estava longe de ser o caso nas campanhas francesas!). Em todas as quintas encontravam-se livros — e, em todo o caso, a Bíblia, que era lida todos os dias! Não admira que a imprensa tenha nascido em Estrasburgo!

Mas o que mais se pode admirar nos Alsacianos é a sua inabalável coragem: imagina-se o que foi necessário a esta pequeníssima nação para reconstruir indefinidamente as suas aldeias de madeira carbonizadas, as suas vinhas arrancadas, os seus campos pisados, as suas florestas abatidas pela soldadesca? Em 1945; em 1919; após as guerras da Revolução e do Império no século XIX; após a guerra dos Sete Anos no século XVIII; após a guerra dos Trinta Anos no século XVII... e assim sucessivamente, uma vez por século, recuando até Vercingetórix! Aceito que se fale do milagre alemão. Mas o milagre alsaciano, vinte vezes renovado, que lição!

O fio da Virgem: uma infinita paciência

Várias leituras de Cayce fazem referência à Alsácia, quer no período que se segue à guerra de 1870, quando se tornou uma província alemã, quer em tempos mais antigos — a guerra dos Trinta Anos, a Alta Idade Média. As leituras dão cada vez a imagem de um país dilacerado entre duas poderosas entidades nacionais, um Pequeno Polegar que não consegue viver pacificamente entre os dois ogres vizinhos. Para citar apenas a história recente, a Alsácia, francesa em 1869, torna-se prussiana em 1871, para voltar a ser francesa em 1918, regressar à Alemanha em 1940 e depois novamente à França em 1945! Cinco mudanças de nacionalidade em nem sequer um século! Aqueles que não são alsacianos imaginam mal os dolorosos conflitos, os casos de consciência, os dramas familiares, a imensa amargura que tal instabilidade gera.

É interessante notar que a Alsácia é regida na astrologia por um signo de Terra mutável: a Virgem, que implica mudanças de estados, pelo facto de ser "mutável".

Mas este mutante tem uma virtude: tem o génio do trabalho. Admirava como o meu pai (ascendente Virgem!) atacava qualquer projeto de trabalho: cortando-o pausadamente, metodicamente, em fatias sucessivas. Pacientemente, fatia após fatia, o "método Virgem" permitia-lhe dar conta de tudo! O meu pai fez-me a

demonstração disso ao suceder em praticamente tudo o que empreendia — fosse profissão, desporto, escrita, música, desenho, viagens, casa, jardim, animais...

É, claro, o método que ainda hoje utilizam Alsacianos e Suíços. O segredo? Uma infinita paciência. Como os "fios da Virgem", essa renda quase invisível que tece a aranha dos campos, operária modesta que não sabe que é um grande mestre da arte abstrata! Mas a teia fina é tão frágil que é frequentemente quebrada por brutos que não respeitam nada. A pequena criatura assiste ao desastre do seu buraco... E quando o invasor parte, volta ao trabalho, com a mesma paciência, inspirada pelo sentido oculto do signo da Virgem: a recetividade ao espírito. A Virgem, que a tradição astrológica figura com uma espiga de trigo na mão, é o signo da colheita: ela inspira as pessoas produtivas, os criadores que levam a sua criação até ao fim.

Assim, quem apenas conhecesse a Alsácia através das leituras de Cayce, descrevendo um país perpetuamente assolado pela guerra, teria uma visão muito incompleta. Longos períodos de paz permitem, ainda assim, curar as feridas. No entanto, quando se passa de Basileia a Mulhouse, sente-se bem o peso das guerras passadas. Feitos da mesma madeira, e primos de sempre, as pessoas são igualmente ativas, industriais e corajosas de ambos os lados da fronteira. Mas se hoje, do lado de Basileia, o nível de vida é mais elevado, é porque a Suíça foi poupada pela guerra. Do lado de Mulhouse, tudo foi destruído pelas invasões.

Esforçar-me-ei por classificar estas leituras respeitando a ordem cronológica. Para começar, eis uma que descreve um período pré-histórico, onde a Alsácia não era mais que um alinhamento de pequenas aldeias estabelecidas nas margens do Ill, afluente do Reno.

Na encarnação antes desta, reencontramos a entidade entre os camponeses que fundaram este país chamado agora "a Alsácia". Nessa vida, a entidade ganhou muito moralmente, pondo-se ao serviço dos pioneiros que ali se vieram estabelecer. Ajudou-os a defenderem-se contra os bandidos que saqueavam o país. Desta existência antiga, guarda certos traços de carácter: a aptidão para todos os trabalhos manuais, para tudo o que se pode fabricar com as mãos, em particular os trabalhos de agulha, a costura e também o cuidado dos doentes. É uma enfermeira nata! (Leitura 979-4)

O mais interessante nesta leitura é o "fio condutor" astrológico: vimos que a Alsácia era regida pela Virgem, que se vem a verificar ser também... o signo da enfermeira! O mestre do signo é Mercúrio, que influencia as mãos e todos os ofícios que exigem uma grande habilidade manual, tais como a costura e o cuidado dos doentes.

Naturalmente, a entidade (ou seja, a consultante de Cayce) vinha de uma vida egípcia — como praticamente todas as encarnações francesas que analisei. Eis outra leitura, que se pode situar depois de Jesus Cristo:

Reencontramos a entidade no país conhecido hoje como a França; nesta região que foi tão dilacerada, tão assolada por tantas incompreensões. A entidade fazia parte daqueles que gravavam os diversos metais e esculpiam a madeira. Faziam estátuas, imagens que decoravam os castelos dos senhores. O seu nome era Heinckel. Nesta experiência de vida, ganhou e perdeu moralmente: ganhou em espírito de serviço, perdeu em orgulho e desprezo pelos outros. Hoje, ama as coisas belas, tudo o que dá uma ideia de grandeza — e por vezes tem nostalgia disso. (Leitura 451-2)

A leitura não menciona expressamente a Alsácia, mas o nome «Heinckel» pode ser alsaciano. O trabalho da madeira, típico do artesanato local, sobreviveu até aos nossos dias. Quanto à menção desta região dilacerada, a Alsácia, claro, não foi a única, mas é sempre assim que é designada nas leituras:

... ele estava no país agora conhecido como o dos Franceses, mas era no país-fronteira, entre o que foi chamado o «Fatherland» e a França. A entidade vivia ali num tempo conturbado, onde o país era invadido por pessoas que o queriam dominar e dele fazer o seu reino, para ali reinar a título individual. A entidade, nesse tempo, sofreu muito. E o desejo de vingança, a desforra, o sentimento de frustração foram o seu quinhão. Se ganhou muito moralmente com essa dolorosa experiência, também ali perdeu. E o seu nome, nesse tempo, era Herziel. (Leitura 1742-2)

A Alsácia e as suas soberbas cidades tinham um defeito: serem demasiado ricas. Suscitar a inveja dos vizinhos não perdoa:

Vivia nesse país que é hoje a França, nessa região fronteiriça que se chama agora a Alsácia. E era uma época de grande aflição... Pois o país tinha sido submersido pelo invasor. A entidade, que se chamava então Stresbergh, orientou-se para o serviço dos outros, o que a fez crescer moralmente, através dessa mesma aflição. Serviu como soldado, o que lhe valeu muitos sofrimentos físicos e morais. Contudo, dedicado de corpo e alma, nunca desertou o seu ideal (...). Hoje, que se deixe guiar nas suas decisões pela sua intuição, pela sua voz interior e não pela dos outros (...). Que aja de acordo com o seu coração. Então crescerá e florescerá como a rosa de Saron no vale das belezas da vida! (Leitura 282-2)

Se Cayce adorna frequentemente as suas leituras com referências bíblicas, estas nunca são escolhidas ao acaso. Cayce promete a este consultante não mais «um vale de lágrimas», mas «um vale de rosas». Diz-se que uma encarnação de dor

pode ser seguida de uma encarnação de repouso. Cayce mostra-o aqui. Aquelas pessoas que hoje se queixam sem cessar, apesar de terem tudo para ser felizes, exprimem talvez antigas dores cujas feridas ainda não cicatrizaram.

Entre estes abastados, que outrora foram oprimidos, vejo passar muitos que foram os miseráveis soldados de guerras esquecidas. Combates atrozes em condições de higiene pavorosas, a fome, a sede, a vermina, as pancadas, num clima de medo e de desprezo pelo outro — e, para terminar, uma morte violenta por queimadura, hemorragia ou infeção, muitas vezes num campo de concentração. Eis o que marca o inconsciente dessas almas que perderam o gosto pela felicidade. Precisam de uma nova vida, calma e próspera, para se purgarem das amarguras anteriores e esquecerem o «vale de lágrimas»!

Eis ainda duas leituras interessantes:

A entidade estava neste país conhecido agora como uma parte da França e uma parte da Alemanha, nesta região chamada Alsácia. O seu nome era Audrie Cordieur.

Nesta experiência de vida, a entidade exercia a profissão de desenhador na corte...

A entidade, nessa vida, trabalhava para as pessoas importantes da corte, para as pessoas reais e para os seus protegidos (...). Aí ganhou moralmente, pois via bem a baixeza das intrigas, as desilusões arrastadas pelos desejos materialistas, a opressão e a revolta daqueles que eram obrigados a prostituir-se fisicamente. No entanto, conservou uma atitude positiva, consolando muitos aflitos. Pois, embora a sua profissão o tivesse obrigado a alimentar os prazeres dos poderosos, no fundo de si mesmo, o seu coração ia para aqueles que eram oprimidos. Pelo seu combate quotidiano, pelo seu ensino, esforçava-se por manter a esperança no coração daqueles que choravam. (Leitura 1436-2)

Trata-se, pois, de um desenhador em Versalhes, que se via também encarregado de fornecer carne fresca aos príncipes da corte: que fazia um alsaciano nesta galera? Só o karma o sabe! O que reterei é que ele tinha guardado, no fundo de si, uma retidão muito alsaciana. E que devia ser apreciado como artista. O texto emprega a palavra *designer*, o que supõe que ele desenhava e concebia também cenários, figurinos, etc. Os meus leitores talvez saibam que existe na Alsácia uma longa tradição artística nas artes gráficas. Encorajo-os vivamente a ir ver os museus técnicos de Mulhouse. Em particular, o do papel de parede, onde verão esses sumptuosos papéis panorâmicos do século XIX, especialidade alsaciana que hoje se redescobre. No Museu da Estampagem em Tecidos, poderão admirar a obra dos desenhadores do século XVIII, esses motivos

florais destinados a ser impressos em tecidos, que são de uma beleza incomparável. (É absolutamente único no mundo e vale a viagem!)

Recordemos também que as famosas «toiles de Jouy», com as suas cenas campestres que tanto agradavam à rainha Maria Antonieta, eram fabricadas nos arredores de Paris (em Jouy-en-Josas) pelos Oberkampf, família meio alemã meio alsaciana aparentada com a minha. Em minha casa, aliás, de pai para filho, toda a gente pintava e desenhava — era uma tradição. Eis o que nos remete para a astrologia: o desenho é também um dom da Virgem (enquanto trabalho manual que traduz uma atividade mental de reflexão e de observação).

O que é espantoso na Alsácia é a desproporção entre a fraca superfície deste minúsculo país e a sua influência intelectual e artística. Evoquei mais acima a invenção na Europa[80] da imprensa. Toda a gente sabe que ela foi posta a ponto em Estrasburgo por Gutenberg. No plano das ideias, a Reforma propagou-se em grande parte graças a esta intensa atividade mediática, literária e artística, muito característica da mentalidade na Alsácia. As primeiras mensagens de Lutero serão difundidas a partir de 1517 em Estrasburgo, que era então um dos altos lugares do humanismo e da cultura europeia. Mais tarde, no século XVIII, a Alsácia tornar-se-á um dos primeiros países industriais da Europa. Um país de pioneiros: é na Alsácia que Koechlin, Dollfuss e Schmalzer inventarão a estampagem em tecidos, fazendo de Mulhouse um dos grandes centros da indústria têxtil na Europa. (É também em Mulhouse que, no século XIX, Nicolas Kœchlin construirá as primeiras locomotivas no continente!) Goethe fez os seus estudos em Estrasburgo... E Luís XV, maravilhado ao visitar a Alsácia, não se cansava de elogios à prosperidade industrial desta província que não se parecia com nenhuma outra no Reino!

Ora, a fonte da riqueza alsaciana é o seu sentido agudo de democracia. O desenvolvimento industrial dos séculos XVIII e XIX não se fez aí, como em Inglaterra ou em França, pela opressão descarada do trabalhador (o *sweating system*) denunciado por Emmanuel Beau de Loménie na sua célebre obra *Les Responsabilités des dynasties bourgeoises*. Bem pelo contrário, os patrões da Alsácia esforçaram-se por limitar os horários de trabalho, por criar hospitais, dispensários, escolas, num profundo cuidado de respeito pelo trabalhador. Remeto o leitor para os numerosos historiadores e economistas que falaram disso — unânimes, sejam de direita ou de esquerda, em fazer justiça ao patronato alsaciano.

Na leitura acima, este artista alsaciano perdido na selva de Versalhes manifesta a mesma preocupação humana: sustentar os oprimidos. O alsaciano foi tão frequentemente oprimido pelo estrangeiro ao longo da sua história, que se criou na Alsácia um nível muito elevado de consciência dos direitos do Homem. Eis

por que, aliás, as ideias de liberdade do século XVIII encontraram tanto eco na Alsácia: «A população, cujas aspirações profundas tendem desde a Idade Média para a democracia, aceita com entusiasmo os ideais revolucionários» (cito a *Encyclopedia Universalis*, tomo I, página 974)... Nesse virar de século, a Alsácia não era uma pequena região atrasada, mas um foco cultural de extremo brilho. Já evoquei o nosso hino nacional, *A Marselhesa*. Teria sido mais justo chamar-lhe «a Estrasburguesa», pois foi cantada pela primeira vez por Rouget de l'Isle em Estrasburgo: há que ver nisso um sinal! Não esqueçamos esta dupla influência astrológica sobre a Alsácia: um gosto extremo pelas artes e pela cultura (regido pelo inteligente Mercúrio) e esta poderosa energia característica das Marcas de Leste (regida pelo belicoso Marte). Eis, sem dúvida, por que os melhores generais de Napoleão foram alsacianos: Kléber, Kellermann, Lefebvre...

Terminarei este capítulo com uma leitura que, após muitas pesquisas, acabei por situar durante a Guerra dos Trinta Anos: Cayce menciona povos cujos exércitos invadem a Alsácia nesse tempo (1618-1648). É um período triste em que a região sofre, uma vez mais, por ser o campo de batalha de todos os exércitos da Europa:

Encontramos a entidade a viver na Terra nessa época conturbada dos confrontos franco-prussianos, em que se recorria a aliados de outros países: noruegueses, espanhóis, ingleses... (Mesma leitura)

A frase convém bastante à Guerra dos Trinta Anos, em que os exércitos tanto franceses como alemães se juntam com a colaboração de tropas aliadas de outros países. Por exemplo, em 1632, o capitão Zom de Bulach defende a cidade de Benfeld contra os suecos... heroicamente, mas em vão! Todas as nacionalidades europeias passam, um dia ou outro, pela Alsácia ao longo desses trinta anos. O país não é mais do que uma ruína: «É uma Alsácia miserável, que, em cláusulas obscuras, o tratado de Vestefália cede à França» (diz ainda a mesma *Encyclopedia Universalis*). Vem então um período francês, que permitirá aos alsacianos reconstruir o seu minúsculo vale — de que voltarão a fazer, e por dois séculos, o país mais avançado da Europa.

Mas prossigamos a leitura:

A entidade, pois, nas suas actividades guerreiras, estava ao serviço de França e chamava-se Boussarrd (com dois "rr", escreve a secretária de Cayce!).

E a entidade era um negociador, um intermediário nessas diversas operações.

A leitura quase não dá pormenores, mas diz que: Ao longo de toda essa vida, a entidade ganhou no plano moral, pois todas as suas atividades lhe trouxeram a

estima das pessoas. Com efeito, esforçava-se, na sua argumentação, por fazer respeitar a beleza do ambiente e a das tradições locais. (Leitura 1211-1)

Eis, pois, um negociador sensível à qualidade de vida, à graça das velhas aldeias, que se esforça por salvar os terroirs devastados da pobre Alsácia... Um homem justo, que procura fazer respeitar o direito das gentes pelos invasores. Se o nome «Boussard», assim transcrito, soa francês, a «entidade» age, no entanto, em país alsaciano para defender as populações e o seu património arquitetónico. Cayce diz «*the beauty in the estate*», a beleza do habitat: eis um precursor, defensor antes da letra das «Vieilles Maisons Françaises[84]»! Na Alsácia, com efeito, a paisagem urbana e rural, de rara beleza, formava um conjunto arquitetónico absolutamente excecional. O que dela resta atualmente ainda é impressionante. Testemunha, ao mesmo tempo, uma extraordinária vontade de sobreviver e uma inteligente adaptação aos recursos naturais, típicas do carácter alsaciano. Mas voltemos alguns séculos atrás, para ver mais em pormenor um período muito especial.

A Alsácia no tempo das Cruzadas

Eu tinha-lhes consagrado todo um capítulo no tomo II de *O Universo de Edgar Cayce*. O panorama geral do «Caso Cruzadas», visto por Cayce, não é francamente alegre: muito longe de ver essa empresa sob um ângulo triunfalista, ele demora-se longamente na dor das famílias e nos malefícios do fanatismo. Para minha surpresa, nesse conjunto de leituras bastante importante, reencontrei várias que mencionam a Alsácia.

Estas leituras insistem na desestabilização permanente da região pela hostilidade surda entre os dois grandes impérios vizinhos:

A entidade estava numa região que hoje pertence ao mesmo tempo à França e à Alemanha. Isso passava-se numa época antiga, em que as relações entre esses dois países eram malsãs. Existiam entre eles graves desacordos. No entanto, esses dois países estavam, nesse momento, oficialmente aliados para lutar contra um inimigo comum, com a bênção tanto da Igreja como dos Estados. Por outras palavras, era na época dita «das cruzadas», em que esses países estavam coligados; as populações das regiões fronteiriças reuniam-se para ir invadir a Terra Santa.

A entidade, nesse tempo, era um homem e o seu nome era, como diríamos hoje, Simeon Ardlenned. (...Como sempre, os nomes próprios estrangeiros são massacrados pela secretária de Cayce, firmemente decidida a tratá-los com desprezo, apesar das repreensões do seu patrão!)

Nessa vida, era um chefe. Usava a sua forte influência para manipular os seus vassalos. Por isso, perdeu moralmente — mas também ganhou por vezes. Pois contava pouco com a vida dos outros. Era o mesmo que hoje, quando quer alguma coisa, não se embaraça com escrúpulos para a obter! (Leitura 1336-1)

Aqui está descrito um pequeno senhor local que não faz sentimentalismos, um verdadeiro bruto, como se verá desembarcar muitos no Médio Oriente. A descrição corresponde muito bem à segunda cruzada, em que o rei de França Luís VII e o imperador da Alemanha Conrado, com efeito, fingiram reconciliar-se para atacar Damas em Julho de 1148... onde serão esmagados com o seu numeroso exército! E parece, segundo a leitura, que as pessoas da Alsácia foram particularmente submetidas às pressões exercidas sobre elas pela Igreja e pelos Estados, como diz Cayce.

A maior pressão psicológica vinha da Igreja, cuja «campanha de imprensa» a favor da guerra pretensamente santa (como diz noutro lugar Cayce) quase não deixava aos fiéis a escolha de recusar. Quando se conhece o temperamento alsaciano, tão pouco dado a loucas aventuras, adivinha-se que muita gente, que não tinha a menor vontade, se viu constrangida a partir... Pressão psicológica reforçada por uma pressão política: os pequenos senhores locais, vassalos dos maiores, como o tal «Simon Ardlenned», não terão hesitado em recrutar gente, mais à força do que de livre vontade! Tudo isso para irem encontrar uma morte lamentável nas estradas ardentes da Palestina (como Amin Maalouf conta com tanto talento em *As Cruzadas vistas pelos Árabes*).

Ora, a Alsácia, na época, era um país muito rico, com cidades livres como Estrasburgo, Mulhouse, Colmar, Haguenau, etc., que tinham ganho a sua autonomia graças a um encarniçamento secular. Ao desenvolverem a indústria e o comércio, não cessavam de aumentar a sua margem de manobra face aos imperadores da Alemanha. Esta liberdade tinha-lhes dado uma muito grande prosperidade, que suscitava enormes cobiças de todos os lados. Para estas regiões, a cruzada foi um mau negócio, uma desorganização social, uma hemorragia de homens e de dinheiro.

Eis outra leitura sobre a Alsácia no tempo das cruzadas:

Ela vivia nessa região conhecida hoje como o país do vinho.

(É tão verdade que a minha família suíço-alsaciana traz como armas um cacho de uvas! Ora os historiadores sublinharam todos o carácter dinâmico e culturalmente avançado das regiões vinhateiras.)

Mas era uma região entalada entre duas nações que, mais tarde, se matarão uma à outra. Por outras palavras, a entidade tinha nascido nesse campo de batalha situado entre a França e a Alemanha. Nessa região, ao longo dos séculos que se seguirão, essas duas influências antagonistas trarão forças destrutivas que devastarão o povo a que a entidade pertencia. Esse povo era incessantemente contrariado na sua expressão pelas atividades guerreiras dessas potências entre as quais estava preso; estas queriam dirigi-lo e controlar as suas atividades, cada uma de maneira diferente.

Sim, o rei de França e o imperador da Alemanha tinham métodos de governo muito diferentes — e conceções divergentes do Estado! A oeste, os Capetos tinham uma visão centralizadora, que se opunha em tudo ao pragmatismo do Sacro Império Romano-Germânico, vasto conglomerado de entidades nacionais díspares. Mas uns e outros tinham em comum um sólido imperialismo. Os Habsburgo tinham pretensões sobre a Alsácia (pretensões mantidas até 1944 por Hitler, que se queria herdeiro do grande Reich alemão). Quanto aos reis de França, tinham igualmente pretensões sobre este soberbo país do vinho, considerando-se também herdeiros da Gália galo-romana que ia até às margens do Reno.

Como diz Cayce, a questão não cessará de se colocar ao longo dos séculos seguintes. Os alsacianos, atualmente, estimam que são em tudo alsacianos, antes de serem franceses. «Mas», dizem eles, «se for preciso estar sob controlo alemão ou sob controlo francês, preferimos o segundo. Porque Paris é longe, o que limita a sua autoridade! A administração francesa tem a mão menos pesada do que a alemã!» (como diz Cayce, ela contrariou menos este povo na sua expressão.) No tempo das Cruzadas, porém, a Alsácia tinha quase conseguido tornar-se independente (de facto, se não oficialmente) do Império alemão. Mas continuemos a leitura:

Mais tarde, esta terra tornar-se-á conhecida (do grande público) pelo seu nome de Alsácia. E aí, nesse terroir, nasceu a entidade, no momento em que se reuniam homens nos dois países (do lado francês e do lado alemão: não havia maneira de a Alsácia escapar!) para ir defender a Terra Santa durante as Cruzadas. (Leitura 692-1)

A alsaciana em questão, que Cayce chama Schweighelce, longe de se deixar abater, vai dar prova de duas qualidades maiores, características dos nossos compatriotas ao longo de toda a sua história: o sentido de organização e um «*kolossal*» coragem! Ela reunirá as esposas, abandonadas pelos cruzados, numa espécie de sindicato de apoio mútuo. Dar-lhes-á trabalho e ajudá-las-á a ultrapassar a sua trágica solidão e a sua aflição financeira. Devo dizer que a Alsácia sempre foi, na vida quotidiana, um país feminista: as minhas avós eram muito

respeitadas (conforme a tradição gaulesa!). Em cada guerra, as mulheres substituíam o marido no trabalho e asseguravam energicamente a continuidade do país. De guerra em guerra, a autoridade das mulheres alsacianas só pôde fortalecer-se — sustentada por uma filosofia muito mais liberal do que noutros lugares quanto à partilha de tarefas. Esta atitude será reforçada mais tarde pelo protestantismo.

Mas voltemos às Cruzadas.

Entre as vítimas mais tristes deste safari de iluminados figuram os pobres miúdos da Cruzada das Crianças, de que já falei — esses grandes ajuntamentos de homens e de crianças, diz Cayce, que terminaram no horrível sacrifício de milhares de crianças.

Na leitura seguinte, Cayce sublinha até que ponto o próprio princípio da cruzada era um contrassenso do ponto de vista do ensinamento de Cristo, pois os cruzados invocavam o nome d'Aquele que abençoou e não amaldiçoou (leitura 1058-1) para irem esventrar — em toda a boa consciência — outros crentes.

A pequena alsaciana, cuja história esta leitura nos conta, conheceu o fundo do horror até se suicidar:

Ela juntou-se a uma parte daqueles que queriam defender a Causa. O que lhe trouxe momentos de terror e de dúvida, nessa aventura (...). E atraiu sobre si a morte física, desejou morrer para que a sua alma pudesse escapar. (Leitura 1058-1).

Finalmente, uma última leitura:

Reencontramos a entidade no país conhecido como França, nesta região que tantas vezes sofreu a opressão e conheceu tantas reviravoltas. Mas, nesse período preciso, existiam pressões, influências que empurravam as pessoas a reunir-se para ir defender a Terra Santa. Foi durante a Segunda Cruzada. (Leitura 267-1)

Esta leitura insiste novamente na pressão psicológica exercida pelos recrutadores dos exércitos cruzados. Talvez na Primeira Cruzada muitos tenham sido voluntários; parece que na Segunda, a dos Príncipes, o recrutamento foi feito segundo métodos coercivos. De qualquer forma, o vassalo era obrigado a colocar a sua espada, e a sua vida, ao serviço do seu suserano, obrigação sobre a qual repousava toda a sociedade feudal, de cima a baixo da escala social. Não havia hipótese de escapar...

A Alsácia, muito católica nessa época, não se podia opor mais à lei do príncipe do que aos decretos da Igreja. Mas, resmungão como se conhece o alsaciano,

podia-se estar seguro do resultado psicológico das Cruzadas ao longo das gerações seguintes: a revolta contra os príncipes e a revolta contra Roma. A primeira fez-se brilhantemente através da emancipação das cidades, que se aliaram à Suíça – e a segunda, através do protestantismo, que consagrou a rutura com a autoridade do Papa. "Colhe-se o que se semeia!", diz a leitura 1336-1.

3. Os "Malgré-nous" da Alsácia-Lorena

"Não tereis a Alsácia nem a Lorena"

A 8 de outubro de 1870, os habitantes de Estrasburgo acordam na sua cidade ocupada: "A partir deste dia", podiam ler nos cartazes colados por todo o lado, "Estrasburgo é uma cidade alemã e assim permanecerá". Os alsacianos reagem imediatamente: "JAMAIS", escrevem em letras garrais sobre os cartazes...

A França, vencida pelo Império Alemão, não pode senão abandonar a Alsácia e a Lorena ao seu vencedor. Surge então uma canção, que anda nas bocas de todos:

"Não tereis a Alsácia nem a Lorena E, apesar de vós, continuaremos franceses Pudestes germanizar a planície Mas o nosso coração, nunca o tereis!"

Pensa-se que esta canção estará na origem da expressão *les malgré-nous* (os "apesar de nós"), da qual se voltará a falar sobretudo após a Segunda Guerra Mundial. Designará então os rapazes recrutados contra a sua vontade no exército alemão – o que foi particularmente doloroso sob os nazis. "Apesar deles", "apesar de nós". É preciso ler o testemunho de um deles, Guy Sajer, sob o título *O Soldado Esquecido* – que é um dos mais avassaladores relatos de guerra que alguma vez li.

Mas poder-se-ia ter designado assim todos estes alsacianos-lorenos, germanizados à força pela Alemanha depois de 1870. O meu bisavô, com toda a sua família, foi brutalmente expulso da Alsácia, com ameaça de prisão imediata se ousasse voltar; ao afastá-lo, as autoridades alemãs procuravam arruiná-lo (ele dirigia uma grande fiação de lã em Mulhouse, que fazia concorrência às da Alemanha!). Mas como ele era também, na sua cidade, a alma da resistência aos invasores, foi uma das primeiras vítimas do seu patriotismo. Teve apenas algumas horas para fugir...

Duzentos e cinquenta mil dos seus compatriotas escolherão expatriar-se para não se tornarem alemães. Alguns fugirão para a Argélia, Tunísia, Canadá, Estados Unidos, América do Sul. A diáspora alsaciana e lorena foi uma tragédia terrível. As famílias destroçadas, arruinadas, dilaceradas, o país queimado e saqueado, levaram cem anos a recuperar. Podem viajar pelo mundo inteiro: em todo o lado encontrarão descendentes destes alsacianos-lorenos. Sabiam que o brilhante e

deslumbrante Fred Astaire era um filho da emigração alsaciana? Como tantos outros, a minha família viu a sua casa destruída, os seus bens confiscados; e até alguns dos seus membros deportados e presos em fortalezas na Alemanha, porque eram "protestatários".

Vou correr o risco de cansar os meus leitores ao insistir mais uma vez: os alsacianos NÃO são alemães! Que se saiba! As inumeráveis vexações da ocupação alemã não conseguiram – como se imagina! – convertê-los ao germanismo! Em 1914, duzentos e cinquenta mil homens alsacianos serão integrados à força no exército alemão. Apenas dezassete mil deles conseguirão ir lutar do lado francês: a eles juntar-se-ão milhares de desertores. Em 1940, será ainda pior.

Os alemães, regressados em força, e desta vez nazis, tomarão medidas brutais: deportações, recrutamento forçado de crianças para a *Wehrmacht*. E de homens adultos, claro: morrerão vinte mil sob o uniforme alemão! Sabe-se isto o suficiente? Aqueles que tentam escapar e se juntam à Resistência serão enviados para os dois campos de concentração criados pelos alemães na Alsácia: o Struthof, que mencionei anteriormente, e Schirmeck. Centenas de alsacianos morrerão sob tortura e na deportação. Faço questão de que estes mártires não sejam esquecidos.

Durante a última guerra mundial, o meu avô, o general Jean-Léonard Koechlin-Schwartz, que era já um senhor de idade muito avançada, vivia em Vannes, na Bretanha. Com o coração despedaçado pelo drama que se abatia novamente sobre a sua Alsácia natal, procurou o que podia fazer para ajudar os seus compatriotas. A situação dos *malgré-nous*, incorporados à força sob o uniforme nazi, era atroz: a maioria destes pobres diabos, falando pouco ou nada de francês, não se conseguia explicar. Os franceses, tanto civis como militares, confundindo o alsaciano com o alemão (e, de qualquer forma, não compreendendo nenhum dos dois), tratavam estes infelizes como inimigos.

O meu avô, homem de grande bondade e de uma generosidade ativa, percorria as prisões francesas multiplicando as diligências para encontrar os prisioneiros alsacianos sob uniforme alemão. Falava com eles na língua deles e conseguia a sua libertação. É um dos erros mais sombrios da Segunda Guerra Mundial... Voltar-se-á a falar disso em 1953, aquando do Processo de Bordéus, que suscitou uma emoção muito viva. Tratava-se de quatro alsacianos que tinham sido recrutados à força para o exército alemão (na divisão *Das Reich*). Estes quatro jovens, nascidos em 1926, não tinham tido absolutamente nenhuma escolha. Enviados para Oradour, participaram no crime cometido pelos seus superiores.

"Este caso extremo marca o limite do que foi o drama alsaciano: a conscrição forçada, a vergonha partilhada com os opressores e a incompreensão da França!"

A Última Aula

Fiquei muito comovida ao encontrar nas leituras de Cayce uma grande compaixão pelo drama deste pequeníssimo país sangrado até ao fim. Eis, portanto, a primeira destas espantosas leituras sobre a Alsácia-Lorena:

A entidade vivia durante este período em que a vida de tanta gente foi abalada pela opressão neste país conhecido como Alsácia-Lorena, situado entre a Alemanha e a Alsácia. Impôs-se às pessoas uma mudança brutal de pensamento político e religioso. A entidade foi um daqueles que partiram para outro país, a fim de conservar as suas próprias ideias, os seus ideais, o seu pensamento religioso; o seu nome era Reneau. (Leitura 452-1)

Esqueceu-se *A Última Aula* de Alphonse Daudet, onde o professor anuncia, a chorar, aos seus alunos que aquela é a última lição de francês. A partir do dia seguinte, será proibido falar, ensinar ou escrever em francês; a administração alemã condenará com grande brutalidade aqueles que resistirem: multas, prisão, deportação, privação de bens, etc. Eis alguns excertos deste texto famoso:

"Nessa manhã, eu estava muito atrasado para ir para a escola e tinha muito medo de ser repreendido, tanto mais que o Sr. Hamel nos tinha dito que nos perguntaria sobre os particípios, e eu não sabia patavina. Por um momento, veio-me a ideia de faltar à aula e desatar a correr pelos campos.

O tempo estava tão quente, tão límpido!

Ouviam-se os melros a assobiar na orla do bosque e, no prado Rippert, atrás da serração, os prussianos que faziam exercício. Tudo aquilo me tentava muito mais do que a regra dos particípios; mas tive força para resistir e corri muito depressa para a escola.

Ao passar em frente à câmara municipal, vi que havia gente parada perto do pequeno gradeamento dos cartazes. Há dois anos que é dali que nos chegam todas as más notícias: as batalhas perdidas, as requisições, as ordens do comando; e pensei sem parar: 'O que será desta vez?'

Então, enquanto eu atravessava a praça a correr, o ferreiro Wachter, que ali estava com o seu aprendiz a ler o cartaz, gritou-me: 'Não te apresses tanto, pequeno; hás de chegar à escola sempre a tempo!'

Achei que ele estava a gozar comigo e entrei todo esbaforido no pequeno pátio do Sr. Hamel.

Normalmente, ao começo da aula, fazia-se um grande barulho que se ouvia até na rua: as carteiras a abrir e a fechar, as lições que repetíamos muito alto todos juntos, tapando os ouvidos para aprender melhor, e a régua grande do mestre que batia nas mesas: 'Um pouco de silêncio!'

Eu contava com todo esse alvoroço para chegar ao meu lugar sem ser visto; mas, precisamente naquele dia, tudo estava tranquilo, como uma manhã de domingo. Pela janela aberta, via os meus colegas já perfilados nos seus lugares e o Sr. Hamel, que passava e repassava com a terrível régua de ferro debaixo do braço. Foi preciso abrir a porta e entrar no meio daquela calma profunda. Imaginem se eu não estava vermelho e se não tinha medo!

Pois bem, não. O Sr. Hamel olhou para mim sem raiva e disse-me muito docemente: 'Vai depressa para o teu lugar, meu pequeno Franz; íamos começar sem ti.'

Saltei o banco e sentei-me logo na minha carteira. Só então, um pouco refeito do susto, reparei que o nosso mestre tinha a sua bela casaca verde, a sua gravata de folhos finos e a calote de seda preta bordada que só punha nos dias de inspeção ou de distribuição de prémios. De resto, toda a aula tinha algo de extraordinário e solene. Mas o que mais me surpreendeu foi ver ao fundo da sala, nos bancos que costumavam estar vazios, pessoas da aldeia sentadas e silenciosas como nós: o velho Hauser com o seu tricórnio, o antigo presidente da câmara, o antigo carteiro, e ainda outras pessoas. Toda aquela gente parecia triste; e Hauser tinha trazido um velho abecedário com as bordas gastas que segurava bem aberto nos joelhos, com os seus grandes óculos postos atravessados sobre as páginas.

Enquanto eu me admirava com tudo aquilo, o Sr. Hamel subira para a sua cadeira e, com a mesma voz doce e grave com que me recebera, disse-nos: 'Meus filhos, é a última vez que vos dou aula. Chegou a ordem de Berlim de não ensinar senão o alemão nas escolas da Alsácia e da Lorena... O novo mestre chega amanhã. Hoje é a vossa última lição de francês. Peço-vos que estejam muito atentos.'

Estas poucas palavras transtornaram-me. Ah! os miseráveis, era aquilo que tinham afixado na câmara municipal. A minha última lição de francês! (...)

Depois, de uma coisa para outra, o Sr. Hamel começou a falar-nos da língua francesa, dizendo que era a língua mais bela do mundo, a mais clara, a mais sólida; que era preciso guardá-la entre nós e nunca a esquecer, porque, quando um povo cai na escravidão, enquanto segura bem a sua língua, é como se segurasse a chave da sua prisão. Depois pegou numa gramática e leu-nos a lição. Eu estava espantado ao ver como compreendia. Tudo o que ele dizia me parecia fácil, fácil. Creio também que nunca tinha escutado tão bem e que ele também nunca tinha posto

tanta paciência nas suas explicações. Dir-se-ia que, antes de se ir embora, o pobre homem queria dar-nos todo o seu saber, fazê-lo entrar nas nossas cabeças de uma só vez.

Terminada a lição, passou-se à escrita. Para aquele dia, o Sr. Hamel tinha-nos preparado exemplos novos, sobre os quais estava escrito em bela caligrafia redonda: França, Alsácia, França, Alsácia. Pareciam pequenas bandeiras que flutuavam por toda a sala, penduradas na haste das nossas carteiras. Era preciso ver como cada um se aplicava, e que silêncio! (...)

De repente, o relógio da igreja deu o meio-dia, depois o Ângelus. No mesmo momento, as trombetas dos prussianos que regressavam do exercício rebentaram sob as nossas janelas... O Sr. Hamel levantou-se, pálido, na sua cadeira. Nunca me tinha parecido tão grande. 'Meus amigos, disse ele, meus, eu... eu...' Mas algo o sufocava. Não conseguia terminar a frase.

Então voltou-se para o quadro, pegou num pedaço de giz e, carregando com todas as suas forças, escreveu o maior que pôde: 'VIVA A FRANÇA!'

Depois ficou ali, com a cabeça apoiada na parede e, sem falar, com a mão, fazia-nos sinal: 'Acabou... ide-vos embora.'" (*A Última Aula*, em *Contos de Segunda-Feira*)

Os alemães, considerando os alsacianos como "irmãos de raça" (daí a ideia de os trazer de volta para o seio da "terra dos nossos pais, a *Vaterland*"), ficaram muito surpreendidos com a amplitude das resistências à germanização. Uma vez no local, foram obrigados a constatar que não compreendiam realmente a língua local, que difere muito do alemão clássico. O alsaciano, longe de se comportar como um tapete, desafiava o ocupante. Esta reação permanente traduziu-se nos maravilhosos e cáusticos desenhos de Hansi, de quem falei anteriormente, onde o invasor alemão era ferozmente caricaturado. Se o ridículo mata, neste caso acabou por resultar! Como diz Cayce: impôs-se às pessoas uma mudança brutal de pensamento político e religioso, que nunca foi aceite.

Até 1870, o francês tinha sido a língua das pessoas cultas, e a Alsácia, no século XVIII, tinha prosperado fantasticamente sob a tutela francesa, que lhe deixava o máximo de autonomia. Luís XV e Luís XVI, de forma benevolente, não tinham oprimido a Alsácia. No século XIX, até 1870, a França beneficiara da "paz francesa", que lhe permitira um desenvolvimento cultural e económico excecional. Toda essa zona renana — Alsácia, Lorena, norte da Suíça — era, no momento da invasão alemã, uma das regiões mais avançadas da Europa. Os alsacianos não se queixavam da sua união com a França. Quanto à Lorena, o seu caso é ainda mais doloroso, visto que lá se falava francês desde sempre! Com os seus altos-fornos, as

suas fábricas de faiança e as suas indústrias têxteis, era igualmente uma província muito próspera. Nunca recuperou das destruições causadas pelos alemães, mesmo hoje em dia. Para estas duas províncias, pode falar-se de um verdadeiro assassinato cultural e económico.

Cayce menciona igualmente a perseguição religiosa. De facto, é preciso saber que, se a Lorena é católica, a Alsácia é um país de três religiões. E o meu pai contava-me que, nas pequenas aldeias alsacianas, tinha visto muitas vezes o pároco, o pastor e o rabino beberem uma cerveja juntos no café local e partilharem amigavelmente os edifícios de culto! Uma aceitação mútua que indica um nível de consciência muito elevado para a época...

Ora, nesse período doloroso da ocupação alemã, em 1874, o partido autonomista de Auguste Schneegans mistura política e religião e opõe-se aos católicos, liderados por Edouard Teutsch. Uns e outros divergem sobre a conduta a adotar perante os alemães — o que acrescenta ao drama quotidiano uma querela religiosa de que os alsacianos não precisavam realmente (eles que, até então, tinham vivido na coexistência pacífica das igrejas). De qualquer modo, o artigo 10.º da lei alemã de 30 de dezembro de 1871 proíbe aos alsacianos-lorenos as reuniões públicas. O governador tem o direito de fazer buscas nas casas de particulares, e abusa dele!

Lorenos e alsacianos são, portanto, privados de alguns dos direitos essenciais do Homem e do Cidadão: a liberdade de expressão cultural, a liberdade de associação... e muitos outros.

Terminemos a leitura anterior:

Foi então que a entidade chegou à região hoje conhecida como o sul deste país atual (trata-se dos Estados Unidos) e contribuiu para criar aí estabelecimentos religiosos, perto dos dos primeiros colonos, no sudoeste. Mais tarde, tornou-se missionário. Aí ganhou e perdeu moralmente. Ganhou porque prestou serviço às pessoas que deveria ajudar, sacrificando-se muito no domínio cultural, na troca de ideias e de bens, no comércio nas vias fluviais que mandou abrir para ajudar os indígenas e as populações daquela época. Perdeu quando desistiu, cedendo às pressões das autoridades que, supunha ele, o criticavam. (Leitura 452-1)

Eis um alsaciano enérgico, que desenvolve o comércio, incentiva o ordenamento das vias fluviais e, quando tem tempo, prega a boa palavra. E depois, alguns invejosos denunciam-no às autoridades, que começam a criticá-lo. Então, ele perde a coragem de as enfrentar mais uma vez e desiste... Eis outra leitura:

Na encarnação anterior a esta, sob o Império Alemão, a entidade era um soldado encarregado de ocupar as províncias francesas confiscadas. Devia-se aí instalar a administração alemã. Chamava-se Chmitt e perdeu muito no plano moral (...). Não tendo tido respeito suficiente pelos outros, sofrerá hoje o choque de retorno. (Leitura 4621-2)

Sem comentários... Passemos a outra personagem:

Na encarnação que precedeu esta, encontramo-lo nesta terra agora considerada como uma "província tampão" perto do "Fatherland", por outras palavras, a Alsácia-Lorena. Na época, estas regiões foram invadidas por estrangeiros. Havia guerras, rumores de guerra. E a entidade esteve entre os que sofreram com o invasor no lugar onde vivia. Daí um ressentimento que ainda a habita, no fundo de si mesma. Daí a sua dificuldade hoje (...) em aceitar as pessoas que têm uma fé, ideias e formas diferentes das suas. Pois, naquela vida, sofreu muito fisicamente; e esse sofrimento físico levou-a, nessa vida, a alimentar o seu ressentimento (...). O seu nome era Gretehiele. Nesta vida, quando surgem dissensões, a entidade sente subir do fundo de si mesma a amargura que vem dessa experiência de outra vida. Mas, embora sinta em si mesma a força misteriosa dessa vivência antiga, é capaz de recuperar o controlo da situação. (Leitura 457-2)

É preciso falar para se libertar do ressentimento. Caso contrário, ele somatiza-se sob a forma de doença: é assim que se explica atualmente a génese dos cancros. Da mesma forma, no que diz respeito à Alsácia e à Lorena, creio que a montanha de ressentimentos que ainda existem seria varrida se as vítimas sentissem mais o direito de se expressarem. Por outras palavras, se a opinião francesa estivesse melhor informada do drama dos alsacianos-lorenos, faria justiça à sua longa e valente resistência. Isso ajudaria à liquidação das amarguras coletivas e individuais, etapa indispensável para a colaboração entre os povos!

4. A Suíça: uma entidade nacional muito antiga

Que se abatam essas montanhas que nos impedem de ver o mar!

Apenas duas leituras mencionam a Suíça: é pouco para a nossa curiosidade! No entanto, estas passagens de Cayce são extremamente características da sua filosofia da história.

Tal como os textos sobre a Alsácia, estas descrições históricas de Cayce põem a tónica na "dificuldade de existir" dos países situados no eixo do Reno. Entalada entre entidades nacionais muito mais poderosas (França, Sacro Império Romano-Germânico e a Casa de Saboia), a Suíça, tal como a Alsácia, teve de lutar muito para se afirmar. Esquece-se frequentemente que, antes de ser o símbolo da

neutralidade pacífica, foi o símbolo da guerra. Os mercenários suíços eram os soldados mais apreciados da Europa.

César já dizia que os helvécios, antepassados dos suíços, "tinham paixão pela guerra"; o que se explica, segundo ele, pela sua claustrofobia geográfica: "Os helvécios estão cercados de todos os lados: de um lado pelo Reno, cujo curso muito largo e profundo separa a Helvécia da Germânia; do outro pelo Jura, cordilheira muito alta que se ergue entre os helvécios e os sequanos; e do terceiro pelo lago Leman e pelo Ródano, que separa a nossa província do território deles. Isso restringe o campo das suas incursões e dificulta-os para levarem a guerra aos seus vizinhos" (*Guerra das Gálias*, I, 2).

Que se abatam imediatamente essas montanhas que nos impedem de ver o mar! suspiram os suíços de hoje.

César proibiu os suíços de colonizarem a Saintonge

Quase nos tornámos uma colónia suíça...

Pois houve uma época em que os helvécios, como diz César, não apreciavam muito a sua vista impagável sobre os glaciares; meteram na cabeça — conta ainda César — ir instalar-se na Saintonge. É assim que começa a Guerra das Gálias, no dia em que César decide impedir a migração para oeste de cerca de 300 000 helvécios: ele suspeita que querem "apoderar-se da Gália inteira". O que faz o desejo de ir ver o mar... Neste contexto aparece a primeira leitura de Cayce sobre a Suíça:

Na vida anterior, encontramos a entidade nesses períodos conturbados em que se formou o país agora chamado França. Foi no início da Guerra das Gálias, que provocou as primeiras ruturas entre a parte leste e a parte oeste do território dos helvécios. Foi no tempo dos romanos, dos bretões e dos normandos. (Leitura 1208-1)

Cayce situa em poucas linhas o quadro geográfico: os helvécios foram um grande povo, cujas atividades se estendiam (muito antes de César) por um território muito mais vasto do que a Suíça atual, muito mais acima em direção ao norte, oeste e sul. Só que havia um problema: eram pessoas que não paravam quietas! Por outras palavras, bárbaros — ou seja, pessoas que ignoravam os encantos discretos da vida burguesa (mudaram muito desde então!). Mas conhecem-se os nomes das suas tribos, sabe-se que pertenciam, de forma geral, ao mundo céltico. Naquela época, ainda não havia Suíça nem França. César, ao subjugar a Gália, vai contribuir para criar a "entidade França". E, ao repelir os helvécios para o seu bastião montanhoso (em 58 a.C.), vai igualmente fortalecer neles o sentimento nacional que gerará a "entidade Suíça". Mais mil anos de

maturação e chega-se ao juramento de Grütli, em 1291, onde os *Waldstätten* (comunidades florestais) decidem unir-se para defender a sua autonomia: é a certidão de nascimento da Suíça moderna.

Após a derrota e o recuo dos helvécios, e depois a *pax romana*, as coisas acalmam de ambos os lados — e os helvécios de gostos nómadas tornam-se sedentários:

A entidade esteve entre os que trabalharam para lançar as bases de novos estabelecimentos, definindo as zonas de partilha. O seu nome era Donquiellen. Nesta experiência terrestre, a entidade ganhou e perdeu moralmente. Ganhou pelas suas atividades (políticas), que consistiram em federar estas tribos, em reunir as suas forças, para fazer delas o que se tornou hoje uma nação soberana. Uma nação diferente das outras, que tem exercido, desde então, uma influência muito especial nos assuntos de todo o mundo. E isso, desde o tempo da sua criação, naquela época. (Mesma leitura)

Cayce faz, portanto, recuar a criação da "Entidade Suíça" à sedentarização dos helvécios por César. Não encontrei nos textos a menção de um chefe que respondesse pelo nome (supostamente céltico) de Donquiellen. Mas a secretária de Cayce escreveu tão mal os nomes próprios que nem um arverno se entenderia... A leitura continua:

É o que explica as aptidões políticas da entidade atualmente, o seu interesse pelo poder, o seu ideal de união das nações, não apenas de um ponto de vista idealista, mas prático — a fim de trazer por aí benefícios não só materiais, mas também espirituais aos Homens nas suas atividades na Terra. E a entidade, por isso mesmo, poderia tornar-se um daqueles que ajudarão as nações da Terra a não formarem mais do que uma só, unindo todos os países num único grande império. (Leitura 1208-1)

O velho sonho atlante de um império mundial!... É pena que não se saiba quem era o senhor 1208 (tendo a família Cayce tido de suprimir, como já expliquei nos volumes anteriores, todos os nomes próprios dos consultantes e substituí-los por números, para evitar que fossem perseguidos pelas suas igrejas!).

Pessoalmente, não vejo a unidade da Terra num futuro imediato. E quando isso acontecer, o senhor 1208 talvez esteja muito velho — ou morto?

O que é interessante na sua leitura é que ele tinha sido sempre, de vida em vida, um "animal político". Na Grécia e na Pérsia, era próximo de Alexandre, o Grande. Ainda antes, um chefe atlante de nome Sufulon (faz lembrar o atual político americano, John Sununu!). E um aventureiro que gosta de meter o nariz

em coisas perigosas, diz ainda Cayce um pouco mais à frente na leitura. Portanto, a acreditar nesta, a democracia suíça teria sido fundada por... um macedónio do tempo de Alexandre, o Grande, que tinha guardado na cabeça o modelo grego da cidade. A lição de democracia que a Suíça não para de dar ao mundo há sete séculos teria a Grécia como origem! Cayce, ao fornecer alguns detalhes sobre a vida helenística do senhor 1208-1, não o considera, contudo, um democrata convicto. Ele tinha perdido no plano moral, abusando do poder de que era depositário.

O que prova que... podemos redimir-nos moralmente de uma vida para outra! O senhor 1208 teria merecido encarnar depois como Guilherme Tell!

As estradas do Império

A segunda leitura que menciona a Suíça remete-nos para uma data muito mais recente:

Antes disso, encontramos a entidade nos países conhecidos hoje como a França e a Suíça. Foi naquele período conturbado em que a violência nesses dois países se devia ao confronto destruidor dos exércitos alemão e francês. No entanto, naquela época, há cerca de cem anos, a entidade desenvolvia as suas atividades naquela zona, entre a Suíça, a França e a Espanha — cujos territórios respetivos estavam delimitados como hoje. Não trabalhava propriamente como soldado. Tratava-se antes, para ele, de preparar as vias de comunicação que permitiriam aos indivíduos deslocarem-se, nas suas operações militares. Velava pela manutenção das estradas, dos caminhos, das vias de comunicação que permitiam desencravar as aldeias isoladas. (Leitura 1196-2)

Não tenho presente a data da leitura, mas as guerras entre França e Alemanha de que se trata aqui são certamente as do Império, há cerca de cem anos.

Para situar o quadro histórico, recorde-se que, em 1798, os franceses tinham ocupado a Suíça — sendo o objetivo (precisamente!) o controlo das estradas e das passagens alpinas. A República Helvética passou, portanto, para o controlo da França. Naquela época, era o Diretório, que administrará a Suíça como uma província francesa: eis por que Cayce diz que era simultaneamente a França e a Suíça. Em 1799, a Suíça transforma-se em campo de batalha entre os exércitos austríacos, russos e franceses. Depois chega Napoleão que, embora se esforçando por pôr ordem, mantém a ocupação mas rebatiza o país como Confederação Helvética (nome oficial que mantém desde então!).

Isto não impede a Suíça de ser novamente assolada pelos exércitos dos países coligados contra Napoleão (em 1813, em particular). A Suíça não passa de uma parte do imenso império napoleónico. Eis o que explica a menção à Espanha no texto de Cayce — dado que Napoleão tentará também conquistar a Espanha. Os engenheiros das Pontes e Calçadas desempenham, de facto, um papel muito importante, pois permitem a indispensável progressão dos exércitos. Os mais corajosos foram certamente os pontoneiros da Engenharia que, imersos na água gelada até ao pescoço, construíam pontes para a passagem dos soldados. Pode supor-se, de acordo com a leitura, que o nosso herói, tendo adquirido experiência na matéria nos Alpes, foi enviado para a Península Ibérica durante a Guerra de Espanha (a qual estava reticulada por trilhos de mulas impossíveis, por montanhas-ratoeiras, onde mais do que um exército, como o de Rolando em Roncesvalles, se tinha deixado encurralar!).

A leitura põe o dedo no trunfo essencial da Suíça: a sua posição de bastião no coração da Europa, com o domínio das vias de comunicação através das passagens dos Alpes e do Jura. O eixo norte-sul da Europa é o Ródano e o Reno: todos os exércitos, todas as trocas comerciais passaram por ali. Ora, estes dois rios nascem na Suíça. Eis por que este país foi tantas vezes transformado em campo de batalha, onde se defrontavam os exércitos rivais dos países vizinhos. Foi o reconhecimento desta situação que levou os diplomatas do Congresso de Viena, e depois de Paris, em 1815 e 1816, a conceder a neutralidade e a inviolabilidade à Confederação Helvética: pois todos precisam desta placa giratória dos caminhos europeus! As potências concordaram, portanto — com muita sabedoria —, em não a devastar mais.

Cayce tem uma frase para falar das aldeias isoladas (*"isolated places"*), o pesadelo do montanhês bloqueado por seis meses de neve... Daí o esforço constante e permanente, neste país, para multiplicar e manter as vias de comunicação: a cada quinta a sua estrada, a cada lugar perdido o seu pequeno comboio de cremalheira... Hoje em dia, pode ir-se a todo o lado na Suíça de comboio: a densidade de quilometragem ferroviária e rodoviária é uma das mais altas do mundo. Viajei muito por lá, admirando sempre a extensão e a qualidade do serviço público assim prestado.

Mas o velho debate sobre o controlo das vias de comunicação europeias continua atual. Por exemplo, recentemente, os suíços queixaram-se de que as suas autoestradas Basileia-Genebra, Genebra-Milão, Basileia-Milão, eram massivamente utilizadas pelos camiões e veículos de toda a Europa. Estes grandes eixos são mais utilizados (e degradados!) por estrangeiros do que por suíços. Ora, nestes países de montanha, a manutenção das estradas custa uma fortuna; avalanches,

desmoronamentos, inundações, obrigam a uma vigilância constante. Daí a criação de uma taxa correspondente ao serviço prestado. A história repete-se! Tito Lívio e Políbio contam que Aníbal, para passar os seus elefantes para Itália (operação "Dumbo limpa-neves"...), teve de pedir uma mãozinha aos gauleses alóbroges, primos dos helvécios e antepassados dos saboiardos. Missão perfeitamente bem-sucedida...

Mas voltemos a esta leitura de Cayce, admirando a sua pertinência. Quando se sabe que, no estado desperto, ele não tinha a mínima suspeita da história e da geografia dos países de que falava em transe, é avassalador! Quanto à sua família, incapaz de lhe iluminar a lanterna, só começou a perceber a existência da Europa aquando da ascensão de Hitler. Mais tarde, a entrada dos Estados Unidos na guerra e a partida do filho mais velho de Cayce, Hugh Lynn, para a frente europeia, acabarão por alargar um pouco o horizonte familiar. Mas continuemos a leitura 1196-2:

O seu nome era Henrii Amerleneue (com dois "i" no texto original!). Nessa vida, a entidade trabalhou no seu desenvolvimento espiritual, pois, através de uma vida movimentada e de muitas provações, manteve-se fiel ao seu ideal de serviço público. Na sua vida atual, o seu gosto pelas viagens e por novos horizontes, o seu interesse pelo desenvolvimento das vias de comunicação, provêm desta experiência que chamaremos o seu período franco-suíço. O que ele gosta é de facilitar aos outros as trocas económicas e comerciais, tornando-as práticas e confortáveis. (Mesma leitura)

Como sempre, nestas sequências de vidas anteriores, é interessante ver o que a entidade, como diz Edgar, tinha feito anteriormente. Como não se passa por acaso de uma vida para outra, mas na maioria das vezes reutilizando as competências, é muito provável que o "querido Henrii" ("com dois i") já tivesse trabalhado nas Pontes e Calçadas:

Na vida anterior, a entidade vivia no período em que se preparava a vinda do Messias.

... Isto não vos diz nada? "Aplainai os caminhos para Aquele que há de vir, endireitai os caminhos tortuosos, aplainai as montanhas, aterrai os vales", clamava no deserto o precursor João Batista.

A entidade não era o infeliz primo de Cristo mas, diz Cayce, um estalajadeiro de Belém, que ajudou José a encontrar uma gruta onde a Virgem pudesse dar à luz o seu filho. O texto de Cayce diz que ele tinha visto a Estrela brilhar no campo na véspera de Natal: privilégio inesquecível!

De encarnação em encarnação, as almas escolhem situações semelhantes, política e geograficamente. A vida de "Henrii Amerleneue" decorrera num país ocupado, a cavalo entre várias fronteiras e várias culturas. Assim fora na sua vida anterior na Palestina, meio judeu, meio grego, diz Cayce, num país ocupado, que não passava de uma província do Império Romano — tal como a Suíça não passava de uma província do Império Napoleónico.

Tive a curiosidade de recuar ainda mais no passado e ler a sua vida anterior. A mesma entidade encontra-se por montes e vales, nos grandes caminhos, na pele de um chefe persa, que fazia circular as suas caravanas entre a Arábia e as estepes da Ásia Central. É de crer que estas "gentes de viagem" ganham tal gosto por isso, que só sonham em recomeçar nas vidas seguintes!

Não é de estranhar que o tema astrológico do consultante americano de Cayce tenha sido dominado por Mercúrio (que rege a comunicação) e Júpiter (as viagens e o estrangeiro). Cayce menciona igualmente a influência de Marte (a guerra, a coragem física, a ação).

Três influências que marcam fortemente hoje, no plano nacional, esta coletividade a que chamámos "a Entidade Suíça". Não há acaso: as almas encarnam em países que lhes permitem expressar uma parte dos seus talentos, dos seus gostos, dos seus desejos. A Suíça é uma velha entidade que conseguiu exorcizar os seus demónios — em particular, o da guerra: a energia marciana foi colocada ao serviço da paz. O gosto pelo nomadismo (sensível nos helvécios, como diz César) transformou-se em serviço público: facilitar aos outros as trocas económicas e comerciais, *Cayce dixit*!

III.

A FUNÇÃO TERAPÊUTICA DOS ALIMENTOS

Cavar a própria sepultura com o garfo...

A medicina atual considera a má alimentação responsável pelas doenças da civilização: cancros, reumatismos, cardiopatias e outros seriam provocados ou agravados pelos nossos erros alimentares. Saber o que se come — e porquê — é, portanto, essencial!

Os meus leitores e leitoras recordam-se dos conselhos dietéticos de Cayce no Volume I. Aqui fica a continuação: é um panorama geral de tudo o que se pode pôr no prato, visto sob o ângulo terapêutico.

No catálogo de alimentos que se segue, não se espantem se um ou outro dos vossos pratos preferidos não constar da lista. Os recursos dietéticos dos Estados Unidos são escassos, comparados com a imensa riqueza alimentar de que beneficiamos na Europa. Por exemplo, Cayce mal fala dos queijos, quando em França conhecemos mais de 350 variedades! Isto explica-se pelo facto de nunca terem tido o favor dos concidadãos do querido Edgar. E quando fala dos vinhos (base essencial da gastronomia gaulesa), fá-lo de forma anedótica. Algumas doçuras que fazem o charme da nossa vida — as compotas, o maçapão, as pastas de fruta, as frutas cristalizadas, o xarope de horchata... — são totalmente ignoradas por lá. O chouriço, o *foie gras* ou o *confit* de pato, as nossas glórias nacionais, não figuram no palmarés gastronómico das leituras. Para não falar de coisas horríveis (um escândalo para os nossos vizinhos) como as coxas de rã e os caracóis!

No entanto, por muito incompleto que nos pareça, o conjunto dos textos caycianos sobre a alimentação pode ajudar aqueles que querem evitar cavar a sua sepultura com os dentes...

Entre as leituras reunidas sob o título bastante insosso (se assim posso dizer!) de: *Edgar Cayce fala sobre alimentos, bebidas e saúde física*, fiz uma escolha, retendo aqui apenas as leituras relativas às frutas e às carnes. Num próximo volume, veremos a continuação: as leituras sobre os legumes, os cereais, os peixes, etc., ... na medida em que os meus leitores e leitoras mas pedirem!

Como é óbvio, trata-se apenas de uma coleção de prescrições personalizadas: se Cayce aconselha a comer couve a um diabético, isso não quer dizer que todos os diabéticos devam absolutamente lançar-se na "couvemania"... Mas digamos que alguns poderão inspirar-se nisso com felizes resultados!

Em toda a sua filosofia, Cayce retoma os princípios da sabedoria antiga. Na dietética, o primeiro de todos, enunciado por Hipócrates, era: "Que o alimento seja o teu medicamento." Isto quer dizer que cada alimento tem a virtude (ou o poder, ou a função) de curar uma determinada doença bem precisa. É preciso focar — não comer qualquer coisa, em qualquer altura. Estar bem na própria pele é, antes de mais, dominar esse combustível a que chamamos comida.

Porquê as frutas? Fiquei impressionada com a insistência de Cayce, mal fala de dietética: "Comam fruta", é quase um refrão, um reflexo. A sua ideia geral sobre a doença é que ela é, antes de mais, um "enfartamento". É a sobrecarga de resíduos que cria o bloqueio dos circuitos energéticos, o esgotamento das funções vitais, a dor, a velhice, a morte... Ora, a fruta "limpa": é como um super-detergente que decapasse a nossa maquinaria interna. Acabei por ficar obcecada, eu também, por este refrão: mal deixo a minha mesa de trabalho, precipito-me para a banca da Sr.ª Herrmann que, no Félix Potin do n.º 43 da rua de Bourgogne, vende frutas extra (com um humor — e um amor! — que as torna ainda mais belas). Faço — Cayce obriga — refeições inteiras de fruta da época. Resultado? Elegância, forma física, desaparecimento de dores, melhor sono: uma melhoria nítida, em toda a linha. E quando me cruzo com um pobre ser curvado na rua, digo para comigo: "Ah, que pena ele não ter feito uma dieta de frutas!"

Ao fim de alguns meses, finalmente, tendo passado quinze horas por dia nas leituras de Cayce sobre as frutas, disse para comigo que a melhor forma de parar nesta encosta... sumarenta, era passar para algo completamente diferente. Escolhi, portanto, as carnes — porque é um tema de alto risco: adoro carne...! A guerra entre carnívoros e vegetarianos acaba de se acender e vou encontrar-me entre dois fogos... Mas a minha honestidade de escritora exige que não esconda nada aos meus leitores. Apresentar-lhes-ei, portanto, as leituras de Cayce sobre a carne — cabendo-lhes a eles tirar as conclusões que quiserem!

1. Frutas nunca são demais!

E para alimento, dou-vos os frutos da Terra...

De acordo com as Memórias de Deus (intituladas a Bíblia), terá sido isto que Ele declarou no dia da inauguração do Paraíso Terrestre a Adão e Eva: "Dou-vos todas as árvores que têm frutos com semente à superfície da Terra." E O Mesmo acrescentou, aparentemente muito satisfeito, "que tudo aquilo era bom"! (Génesis I, 29).

Nos primeiros dias do mundo, portanto, era tudo muito simples: Eva só tinha de estender a mão para colher o pequeno-almoço! No Paraíso Terrestre, havia todo o tempo do mundo... O tempo que durou o Jardim do Éden! Quando este passou a

ser apenas uma recordação, esqueceu-se o poder mágico das frutas. Nos relatos de Anne-Catherine Emmerich, há descrições estranhas dos frutos mágicos do Paraíso Terrestre, espécies que nos são desconhecidas atualmente. Talvez "frutos-animais", intermediários entre o vegetal e o animal, como os fantásticos desenhos da botânica inglesa Lady Elizabeth Hurnshaw no século XVII.

Infelizmente, estamos muito longe do Paraíso Terrestre — inclusivamente no consumo de frutas: a tendência atual é considerá-las como acessórias. E era seguramente verdade, já, na América do tempo de Cayce. Senão, por que teria ele insistido tanto, multiplicando as leituras que incentivavam a comer fruta? Estas não são estimadas no seu justo valor nos nossos hábitos alimentares: os nossos filhos gostam de batatas fritas bem gordurosas, de rebuçados artificiais de cores fluorescentes, de massas demasiado brancas e de chouriço a cheirar ao conservante E 250. O gosto deles é rapidamente pervertido: não os habituamos, tal como o bebé macaco médio, a comer fruta mal abrem a boca. Cayce acha que isso é um erro...

O fruto: uma pílula de vida

Já repararam que a Bíblia diz: «Todas as árvores que têm frutos que dão semente»? Na sua linguagem bizarra vinda de outra era, ela dá-nos esta precisão que parece não o ser. Talvez para nos fazer refletir? Pois existirão "frutos" que não dão semente? Ou seja, maçãs sem pevides e cerejas sem caroço? A semente é um concentrado de vida miniaturizado, fechado dentro de uma cápsula biodegradável, que é o fruto. Deste produto altamente sofisticado, fabricado pelos laboratórios da Natureza, o segredo de fabrico é tão bem guardado que ainda não se conseguiu copiar a sua fórmula. É verdade que se começa hoje a produzir tangerinas e uvas sem grainha. Será isso realmente um progresso? A nossa ciência, que enlouqueceu, sonha fabricar em laboratório frutos humanos — a maternidade sem grainhas! Conseguiremos produzir em série estes bebés de síntese, que se tornarão os robôs da Idade do Ferro? Perspetiva sinistra. Tudo isto para estranhar que não se tenha relido a Bíblia sob um ângulo dietético. Se os frutos nela aparecem logo nas primeiras páginas, talvez seja sinal da sua importância.

Para Cayce, eles não são acessórios — são essenciais. Como antigamente nas grandes viagens, em que as tripulações morriam como moscas, enquanto não se tinha tido a ideia de embarcar limões a bordo — a arma absoluta contra o escorbuto! Ora, este deve-se à falta de vitamina C, da qual o limão é um verdadeiro armazém portátil.

Em suma, para Cayce, o fruto é a verdadeira farmácia do bom Deus! Mas todas as grandes escolas de medicina antigas já o tinham dito. Da escola de Salerno

à de Montpellier, já se tinham precisado as funções terapêuticas de cada espécie vegetal — e de cada fruto. A investigação continua hoje: ainda se descobrem mais! Estivemos certamente errados, no início deste século, ao abandonar a medicina pelas plantas, virando-nos para a quimioterapia de síntese. As pessoas imaginaram que se podiam dar ao luxo de comer qualquer coisa e, depois, curarem-se com uma pequena pílula rosa... Cayce, muito longe desta atitude, considera que é preciso prevenir em vez de remediar. E que, se se tiver de curar, deve-se fazê-lo dando preferência aos remédios extraídos do reino vegetal. Melhor ainda, consumir o fruto ou o legume que tratará diretamente a doença:

Se precisar de um laxante, que seja um produto à base de plantas. Mas nem sequer precisará dele se substituir pelo menos uma refeição por dia por citrinos, consumindo os frutos inteiros. (Leitura 5592-1)

Precisamos de vitaminas? Então, nada de pílulas, mas sim frutos:

O seu regime deve ser reconstituinte. Certifique-se especialmente de que o que come contém vitamina B. Encontra-se em todos os frutos amarelos. (Leitura 1710-6)

Porque os frutos amarelos:

Ricos em vitaminas B1 e também em ferro, energizam o sistema nervoso e o sangue, reforçando as propriedades deste último, mais especialmente a velocidade de coagulação. Escolherá principalmente frutos amarelos, de muito boa qualidade. (Leitura 2538-1)

Infelizmente, quanto à *extra-quality*, ou seja, a frescura e a qualidade biológica, isso torna-se difícil, como veremos mais à frente.

A Teoria das Assinaturas

A leitura 1710-6 mencionada acima retoma uma noção muito antiga: a Teoria das Assinaturas. Segundo esta, cada fruto ou legume é bom para o órgão com o qual se parece e que o "assina": o aipo-rábano para o coração, as nozes para o cérebro, as tâmaras para os dedos, a beringela para o fígado, etc. Esta teoria, que pode ter parecido simplista numa época, atrai novamente a atenção dos investigadores. Tinha sido defendida pelos maiores espíritos da Idade Média, em particular pelo genial Paracelso. Sabe-se agora que a cor de cada fruto (ou legume) indica a sua composição bioquímica. É assim que, segundo Cayce, os frutos vermelhos tonificam o sangue, os frutos amarelos afastam a depressão porque contêm ouro, etc. Encontraremos ao longo das leituras muitas observações sobre a escolha dos frutos em função da sua cor — a qual indica a sua função terapêutica e

a sua composição química. Os frutos contêm oligoelementos que nos são indispensáveis:

O seu regime deverá incluir alimentos ricos em fósforo e em oligoelementos, que lhe são necessários; e alimentos cuja fórmula bioquímica contenha cloretos de ouro (...). — DE QUE ALIMENTOS SE TRATA? De frutos. É neles que encontrará mais. O seu regime deverá ser à base de frutos. (Leitura 1000-2 dada a uma pessoa com depressão grave)

Tenha o cuidado de abastecer o seu organismo com ferro e oligoelementos nutritivos, que enriquecem o seu sistema circulatório, o seu sangue no seu curso através do organismo. Frutos! Eles contêm o que lhe é necessário. (Leitura 2221-1 dada a uma mulher que sofria de anemia e carência de glóbulos vermelhos)

Além do ferro, há outros oligoelementos essenciais que serão melhor assimilados se vierem do consumo direto do fruto: fósforo, cloro, sílica e até ouro (entre outros). Mais vale ir ao vendedor de frescos do que ao farmacêutico! A cor brilhante dos frutos indica também a sua potência energética. Os frutos são, portanto, a primeira fonte de vida.

Prioridade aos frutos da região!

Esta é toda uma questão... No fundo de cada caixa de ananases, há uma praia de areia fina, uma lagoa azul e um coqueiro... E é isso que compra com o ananás! O perfume de uma manga é o das suas férias de sonho numa ilha distante... Infelizmente, a manga e o ananás do merceeiro da esquina são apenas o fantasma daqueles que provou nas Antilhas. E em valor nutritivo, uma miragem. Recordamos as leituras em que Cayce toma posição contra os frutos (e legumes) importados:

Consuma o máximo possível de produtos locais do solo sobre o qual vive. (Leitura 4047-1)

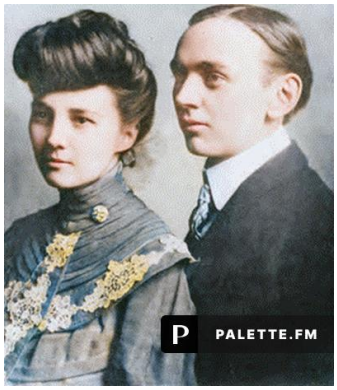
Não consuma em grande quantidade os frutos, legumes e carnes, etc., que não são produzidos na região onde vive. (Leitura 3542-1)

É uma questão de nível vibratório: os frutos do nosso país têm forçosamente vibrações próximas das nossas; vivemos num solo cujas características espácio-temporais partilhamos com o mundo mineral, animal e vegetal que o habita. Questão de afinidades profundas... onde nos juntamos a Montesquieu, que explicava *O Espírito das Leis* de cada país pelo seu clima. Às árvores, cidadãos! Vamos aos frutos da pátria!

A nossa sorte é termos como país um verdadeiro jardim. Por isso, dizia Keyserling, o francês é um jardineiro (e tem toda essa psicologia!). A variedade dos

nossos climas e das nossas regiões permite cultivar uma enorme diversidade de frutos. Temos, graças aos quatro mares que banham as nossas costas, um clima muito suave, onde o inverno é breve. Graças a isso, temos frutos quase todo o ano. Vista de Moscovo, a França é uma eterna primavera (daí as perpétuas invasões que sofremos no nosso solo!). Neste país abençoado, que justifica o provérbio teutónico: «Feliz como Deus em França», não temos ideia do que se passa no grande deserto branco que começa a leste do Reno: o inverno siberiano com a geada, o gelo, os frios intermináveis que obrigam a alimentar-se de conservas durante meses para sobreviver. O mamute congelado, *made in* Urais, não é o nosso chá... No entanto, mesmo neste país chamado com razão «a doce França», o inverno, por mais curto que seja, impõe que se conservem frutos e legumes. Tradicionalmente, utilizava-se o vinagre, o sal, o açúcar, a gordura, a dessecação e a defumação para conservar. (Falei disso longamente, dando receitas, no *Guia do Anticonsumidor*). No entanto, na nossa época, em que os meios de transporte permitem ter morangos da África do Sul no inverno (o que Cayce desaprova), os problemas não estão realmente resolvidos por isso — como vamos ver.

Edgar Cayce (em pé) e a sua família: o seu filho Hugh Lynn (ao colo), ao seu lado, a sua mulher Gertrude e uma das suas irmãs. Sentados, o seu pai e a sua mãe (que o via brincar com os Espíritos da Natureza).



Edgar Cayce e Gertrude quando estavam noivos. O seu casamento foi adiado durante muito tempo por dificuldades financeiras: Edgar era pobre – e assim permaneceria, aliás, toda a sua vida.

Edgar Cayce e a sua mulher Gertrude, em 1917, em Selma, no Alabama. O casal ainda não se tinha estabelecido em Virginia Beach, à beira-mar (onde as suas «leituras» o haviam aconselhado a estabelecer-se devido à proximidade de grandes extensões de água favoráveis à mediunidade).

Impossível conservar sem desvirtuar

Pois se importamos frutas e legumes exóticos, é preciso encontrar um meio de prolongar a sua existência para além dos prazos de transporte, acondicionamento e venda. Daí a necessidade, neste sistema, de empregar pesticidas, conservantes, etc. Cayce sempre expressou a sua pouca estima por todo o tipo de aditivos (leituras 462-14, 340-31, etc.). E note-se que aqueles que se utilizavam no seu tempo eram o "be-a-bá" da coisa! Eis o caso, por exemplo, do benzoato de sódio, já fustigado na leitura 135-1 (volume I) e nesta:

Não coma frutas congeladas, mas apenas aquelas que foram conservadas no seu próprio sumo, ou então em xarope de açúcar de cana normal — e, sobretudo, nada de frutas preparadas com benzoato, nem com qualquer outro conservante. Pois o benzoato acaba por intoxicar o organismo! (Leitura 826-14)

O que diria Cayce hoje em dia? Daria razão aos defensores da agricultura biológica — pessoas sensatas, se as há, que pregam no deserto. Corremos o risco de nos apercebermos demasiado tarde!

Vê-se também pela leitura acima que Cayce não é um entusiasta dos ultracongelados. Prefere, de qualquer forma, as frutas e legumes o menos conservados possível, os primores que chegam diretamente da colheita:

De manhã, coma frutas, na estação que lhes pertence, naturalmente! (Leitura 1662-1)

Consuma laranjas, eventualmente, em doses moderadas e, sobretudo, na época delas. (Leitura 509-2)

Nos nossos países de clima suave atlântico, há frutos que se podem colher bastante tarde na estação, mesmo às portas do inverno: as nozes, as avelãs, as castanhas, as variedades tardias de peras e maçãs, as bagas de roseira-brava... Alguns frutos colhem-se mesmo apenas após as primeiras geadas, como os abrunhos. Podem conservar-se naturalmente todo o inverno, sem utilizar conservantes artificiais.

A questão que se nos coloca agora é a da poluição química dos frutos da Natureza. Durante anos, dei um trabalho insano para alimentar a minha casa com produtos "bio". Não quero dizer falsos produtos bio para betinhos de luxo. Não. Falo de verdadeiros produtos naturais, que trazia a pulso do campo. Comprava-os a pessoas que cultivavam o seu jardim segundo o caderno de encargos da *Nature et Progrès*, ou pelo método Lemaire-Boucher, ou pelo das avós (o melhor de todos...). Corria os mercados bio, lia cuidadosamente os rótulos, esforçava-me, claro, por comprar produtos de França e da época... Os meus filhos estavam magníficos e nunca ficavam doentes. Quanto àqueles que, à minha própria mesa, troçavam dos meus esforços dietéticos, era preciso ver, ainda assim, o seu apetite!

Há mais urgente que a Guerra do Fogo!

Cru ou cozinhado? Depende. O crudivorismo absoluto não é necessariamente o melhor para toda a gente. O "bom selvagem", que se alimentava da recoleção, acabou desde Jean-Jacques Rousseau. Os *Tristes Trópicos* estavam mais cozinhados do que se julgava... Assim, Cayce não inicia a guerra do fogo. Eis alguns exemplos:

Nada de muitos bolos, pastelaria ou tartes! Prefira frutas cozinhadas. (Leitura 3535-1 para um jovem anémico)

Uma outra prescrição para um pobre rapaz epilético de vinte anos:

De manhã, coma frutos secos cozinhados. Não em grande quantidade, mas o suficiente para satisfazer o seu apetite. Mas atenção, nunca ingira nenhum destes frutos cozinhados, nem aliás qualquer fruto cru, ao mesmo tempo que citrinos. (Leitura 521-1)

Como se verá mais adiante, os citrinos são "gente" pouco dada a cedências... Não vão acreditar que todas as saladas com limão, gomos de laranja e toranja, sob o pretexto de serem alimentos crus, sejam digestas. Por outro lado, um aviso aos amadores de saladas mistas: as frutas misturadas com legumes cozinhados nem sempre são bem toleradas:

À noite, coma frutas: maçãs, damascos, pêssegos, peras, ameixas-claudia, cerejas — mas atenção para não combinar demasiado as frutas com os legumes cozinhados. Seria melhor comê-los alternadamente. (Leitura 5544-1)

Ao meio-dia, unicamente frutas frescas. Faça com elas uma salada com laranjas, damascos, maçãs (mas estas em pequena quantidade), bananas, uvas, peras, etc. (Leitura 480-3)

Claro está que Cayce não acrescenta: e regue com rum, marrasquino ou açúcar... o que estragaria tudo a nível médico. Atenção, isto é um medicamento! (Ainda assim, bastante suportável de engolir, não?). Aqui, contrariamente ao caso n.º 521-1, o doente tem o direito de misturar os citrinos com as outras frutas.

Quando Cayce fala de frutos secos cozinhados, é porque estas duas operações, secagem e cozedura, facilitam o trabalho de transformação química efetuado pelos órgãos digestivos. Passas, figos, ameixas secas, bananas, damascos secos, digerem-se mais facilmente após demolha e cozedura. Ver-se-á mais adiante como Cayce os considera úteis.

Mas atenção, todos os vegetais secos perdem as suas propriedades ao fim de um ano, facto bem conhecido pelos ervanários: os frutos secos só são bons nos meses que se seguem à colheita.

... é a guerra aos doces!

Precisa de comer um pouco mais de hidratos de carbono, ou seja, açúcares. Mas sob a forma de açúcares contidos nas frutas. (Leitura 888-1)

Pois, se alguns têm o hábito de pôr açúcar nos morangos, essa não é seguramente a melhor forma de os comer:

Impeça-se de ingerir toneladas de doces. Se se tiver de ingerir açúcares, que seja nas frutas, ou seja, os açúcares naturais da fruta! (Leitura 2153-2 para uma menina de doze anos, epilética — mas Cayce repete frequentemente esta recomendação numa multidão de outros casos: ele faz a guerra aos doces!)

Em vez de adoçar as frutas, Cayce aconselha por vezes... a salgá-las!

De manhã (...), beba sumos de citrinos ou até de ananás ou de toranja. E quando o fizer, que esses sumos sejam obtidos a partir de frutas frescas. Um pouco de sal pode ser adicionado — isso torná-los-á mais ativos. Sim, dissemos bem: sal, cloreto de sódio para este organismo. (Leitura 2823-3)

O sumo de limão salgado é requintado, mata a sede quando está muito calor e, curiosamente, o sal anula a acidez no paladar. A prescrição não é de todo extravagante: conheço gastrónomos que salgam ligeiramente o melão; isso realça o

seu perfume. As frutas acompanham também certos pratos salgados: morcela com maçã, peru com castanhas, pato com laranja, coelho com ameixas, tagine de frango com passas, etc. Cayce nunca é um fã de guloseimas, mas há no entanto pessoas a quem as aconselha. Seria preferível, de forma geral, consumir açúcar de uva, de maçã ou de pera, ou mel.

Ele preconiza o uso do açúcar de beterraba (bio!...):

O açúcar de beterraba é o melhor para toda a gente. Caso contrário, açúcar de cana não refinado. (Leitura 1131-2)

As compotas feitas com açúcar de beterraba são melhores do que as feitas com açúcar de cana para este doente. (Leitura 808-3)

Se comer um doce, que seja então à base de açúcar de beterraba em vez de ser à base de açúcar de cana. (Leitura 1206-11)

No pensamento de Cayce, trata-se, claro está, de açúcar de beterraba integral (escuro), e não branco! O caso 849 (doença do sistema nervoso) mostra Cayce a aconselhar muitas laranjas, (...) se possível frutas frescas (leitura 849-47). Ele considera, portanto, que se a marmelada *Dundee* não é a melhor forma de ingerir a laranja... pode, ainda assim, ser autorizada. *Honni soit qui mal y pense!*

Vamos agora examinar as virtudes terapêuticas de cada categoria de frutas de que Cayce falou: os citrinos, as frutas exóticas, as bagas, as frutas de verão e de outono, as nozes, etc.

Os Citrinos

É preciso que nos entendamos sobre as personagens de que vamos falar. Claro que, quando se diz "citrinos", todos pensam no limão (*citrus limon*). No baixo latim, era o fruto da cidreira. Esta ainda existe, antepassada bem esquecida... Na Córsega, continua-se a produzir a cidra (*citrus medica*) do arbusto preservado tal como era na origem — enquanto o limoeiro sofreu, nas mãos dos horticultores, muitas modificações. Os citrinos pertencem a três géneros:

1. **O género *Citrus*:** como acabámos de ver, que inclui também a tangerineira, o pomelo, a limeira e a laranjeira-azeda com todas as suas variedades, a tangerina, a clementina, etc.

2. **O género *Fortunella*:** ilustrado pelo kumquat — laranja anã que comemos cristalizada nos restaurantes chineses e que cresce muito bem nos jardins do sul.

3. **O género *Poncirus*:** não entrarei em detalhes de classificações botânicas, até porque Cayce não mencionou certos membros da família, desconhecidos dos seus consultantes (a cidra, por exemplo).

Como diz o próprio Cayce, todos estes citrinos são frutos obtidos por hibridação, ou seja, pelo cruzamento entre diferentes espécies. É por essa razão que ele aconselha a misturá-los:

Seria muito melhor para si se adicionasse um pouco de lima ao sumo de laranja, e de limão à toranja; não muito, mas um pouco. Cairá melhor. Pois a maior parte destes citrinos são híbridos, percebe? (Leitura 3525-1)

Falsos ácidos...

Os citrinos têm todos em comum uma certa acidez no paladar, como indica a sua etimologia (do italiano *agrume*, derivado do latim medieval *acrumen* = "sabor acre"). Esta acidez de paladar nada tem a ver com a acidez criada depois no estômago, como precisa Cayce a um dos seus pacientes com cancro:

Não coma carne. Isso foi para si, até agora, o mais catastrófico! — ENTÃO, QUAL DEVERIA SER O MEU REGIME? Alimentos já digeridos. E aqueles que não criam acidez. Note que há frutas que parecem, à primeira vista, ácidas, mas que, uma vez no organismo, já não o são: é o caso dos citrinos. (Leitura 569-16)

Noutra leitura, Cayce repete novamente:

Os citrinos ácidos ao paladar não produzem acidez (no canal digestivo), exceto se forem ingeridos com grandes quantidades de féculas. (Leitura 1512-2)

Frequentes são os casos de cancro onde Cayce os recomendará (leituras 1697-2, 570-1, etc.). Portanto, os citrinos são "gente" interessante — mas a manusear com precaução. Serão mais eficazes isoladamente, em substituição de uma refeição, como vimos anteriormente na leitura 5592-1.

Atenção aos casamentos explosivos

Se forem mal combinados durante uma refeição, os citrinos deixam-nos doentes, e Cayce repetiu-o cem vezes! Vimos acima, na leitura 521-1, que o doente em questão não suportava a mistura de citrinos com frutas cozinhadas, nem mesmo com certas frutas cruas! Mas há pior ainda. Os citrinos com lacticínios (por exemplo, leitura 5097-1) ou com cereais: uma verdadeira catástrofe! Eis algumas leituras totalmente afirmativas sobre o assunto:

De manhã, não ingira nada além de citrinos. Mas, de vez em quando, mude e alterne com cereais: mas nunca os dois juntos! (Leitura 135-1, para um rapaz com pólio)

Portanto, podem ser tomados ao pequeno-almoço, mas não ao mesmo tempo que a torrada! Para Cayce, uma grande parte das constipações e gripes de inverno deve-se à prática quotidiana desta mistura detonante. Por exemplo, a toranja, aconselhada a um artrítico (leitura 1158-31), a um obeso (leitura 1073-1), a uma depressiva (2517-1), etc., transforma-se em veneno se for mal acompanhada:

Pode tomá-la, mas longe das refeições onde comer alimentos que contenham glúten (cereais), o que transformaria a ação da toranja sobre o suco gástrico num desastre digestivo. (Leitura 710-1)

E ainda estas duas leituras:

Se comer cereais, não os misture com citrinos, pois isso cria acidez no estômago; muito mau! Os citrinos, tomados sozinhos, favorecem a eliminação das toxinas. Mas, tomados com cereais, tornam-se pesados de digerir e pesam no estômago em vez de ajudarem o trabalho dos sucos gástricos. (Leitura 481-1)

Não combine as frutas ácidas, que produzem reações alcalinas (não ácidas) no estômago, com as féculas. (Leitura 416-9)

Boa cara graças às vitaminas

O que é que os citrinos têm de especial, finalmente? A sua excecional riqueza em vitaminas, antes de mais.

Precisa de quantidades de vitaminas para se reconstituir. Encontrá-las-á nos limões, que devem ocupar um lugar enorme no seu regime! (Leitura 2582-1)

É precisamente o que prova a história do escorbuto citada anteriormente: os citrinos são uma fonte maior de vitaminas!

A vitamina é o que permite o armazenamento dos recursos vitais; é desse *stock* que nos servimos quando é necessário; e quando a sua carência começa a desregular o organismo, torna-se necessário fornecer a este último um suplemento dessa vitamina, caso contrário a doença instala-se. (Leitura 2072-9)

Portanto, para lutar contra a doença, vote nos citrinos! Porquê sacrificar-se à moda invernal das constipações e das gripes (bem sei que estas últimas têm a vantagem incomparável de nos oferecer dias de folga suplementares... e isso é ainda mais verdade para os miúdos que já não podem com a escola!). A gripe não é uma fatalidade, se tivermos um vendedor de fruta à mão. Nenhum vírus gripal, seja ele "asiático", "espanhol" ou de outra nacionalidade, resiste ao método cigano: dieta de sumo de laranja com, pelo menos, vinte a trinta copos de sumo espremido na hora por dia.

Os citrinos: um investimento de ouro

O grande trunfo dos citrinos é... a sua cor de ouro! Seriam laranjas as maçãs de ouro do jardim das Hespérides? Cayce atribui sempre uma grande importância à cor natural dos alimentos.

Para si, mais vitaminas B1; encontram-se em tudo o que é amarelo. Por exemplo, todos os citrinos! (Leitura 2535-1)

Segundo a teoria das assinaturas, de facto, a cor do fruto indica a sua composição bioquímica. E este "amarelo-ouro" é tão significativo que o próprio nome da laranja, *Citrus aurantium*, vem do nome do metal: é o fruto que evoca o ouro (em latim *aurum*), oligoelemento muito utilizado em diferentes medicinas. Em homeopatia, *Aurum metallicum* combina-se com outros metais ou metaloides. O Dr. Ménétrier prescrevia-o sob a forma de ampolas nos seus tratamentos.

O ouro (Au) tem uma ação antibiótica, como as investigações científicas provaram. Usado sobre a pele, tem certamente uma ação terapêutica — mas, consumido sob a forma de laranjas, custa menos dinheiro! As laranjas devem a sua bela cor não só à sua riqueza em ouro, mas a outros sais minerais, como o iodo (leitura 1049-1). Eis por que são benéficas para os olhos (leitura 5401-1), em casos de gravidez (leitura 711-4), etc.

Estes sais minerais não são apenas ouro ou iodo. Há também o fósforo, o manganês, o ferro, o zinco, etc. É graças a estes oligoelementos que todas as espécies de citrinos podem limpar ativamente o organismo: o super-detergente!

Aumente a quantidade de sais minerais no seu organismo, a fim de acelerar a drenagem completa das toxinas. E, em particular, para isso, aumente o seu consumo de citrinos. (Leitura 5625-1)

Coma muitos — e mais ainda — limões, que lhe trarão os sais minerais de que o seu corpo precisa. E preferencialmente sob a forma de frutos frescos. (Leitura 849-47)

Em todos os casos de doenças dos olhos, Cayce aconselha os citrinos — e particularmente os limões, pelos quais nutre uma ternura especial:

Adicione ao seu regime o dobro dos limões que consome atualmente. E, além disso, imensas cenouras, tudo temperado com gelatina; isso curará e fortalecerá os nervos óticos e aliviará as tensões entre o sistema nervoso cérebroespinal e o grande simpático. (Leitura 5401-7)

Ao falar dos limões, Cayce acrescenta frequentemente: *"a great deal"*, *"plenty"*, *"quantity of the juice"*, ou seja: muito, imenso, toneladas de sumo... Bem

conscientes que estamos do valor dietético dos limões e das laranjas, dificilmente precisamos de leituras suplementares para nos convencermos disso!

Uma espécie de que Cayce fala muito também é a lima (ou limão verde, ou limeta). Pequeno fruto, muito presente na literatura gastronómica ("linguado com limas"), é uma espécie bem conhecida desde sempre nas margens do Mediterrâneo. Cayce atribui-lhe os mesmos dons curativos que aos outros citrinos: contra o cancro, contra a prisão de ventre, etc. Cayce, em certos casos, recomenda antes o sumo do citrino do que o fruto inteiro. Parece haver doentes para os quais apenas o sumo é mais eficaz:

No seu regime, preste muita atenção em comer o que trará ferro, sílica e ouro ao seu organismo. Por agora, que a maior parte do seu regime seja à base de sumos de citrinos. Mais tarde, mudaremos. (Leitura 1055-1, a um doente de cinquenta anos que sofria de aderências)

Para uma menina de doze anos, epilética:

Vitaminas, mais vitaminas! Porque estes são os alimentos que contêm especialmente as vitaminas B, B1, A, C e D. Encontrará tudo isso, naturalmente, nos sumos de citrinos — em grande quantidade —! (Leitura 2153-1)

A laranja mecânica... ou a falsa laranja!

... Nem tudo o que luz é ouro, e a "falsa laranja" é a que vem de países onde é tão tratada que perde a sua virtude (Espanha, Israel, onde, sob o nome de "laranja de Jaffa", tinha adquirido uma certa reputação...). Quando chega aos nossos mercados, já não é mais do que a sombra de si mesma. As maravilhas que se consomem localmente, na Tunísia, nada têm a ver com estes fantasmas desodorizados que nos juram ser laranjas...

O drama atual é que os citrinos que chegam aos mercados são de medíocre qualidade: ou seja, arquitratados. Para ter verdadeiras laranjas e verdadeiros limões, cujas virtudes medicinais sejam ativas, consuma-os no local, na época, no Sul de França, em Itália (em particular as laranjas sanguíneas...), na Tunísia... ou então, plante na sua varanda uma pequena laranjeira que recolherá no inverno! É uma árvore muito decorativa e saberá finalmente qual é o sabor de uma laranja "verdadeira de verdade"!

Tive outrora em casa uma jovem checa para tomar conta dos meus filhos. A primeira vez que Ietka me viu descascar uma laranja, ficou escandalizada: "O quê? Deita fora a casca! No nosso país, é tão raro, uma laranja, tão precioso, que comemos TUDO." Ietka vinha de um país de Leste que ainda ignorava a civilização do consumo.

Já que falamos de laranjas, gostaria ainda de acrescentar que, para Cayce, é o remédio principal para a prisão de ventre, como assinalámos anteriormente (e na leitura 1713-17, onde Edgar prescreve doze laranjas por dia a uma jovem até então dependente de laxantes). As leituras prescreveram a laranja igualmente em vários casos de leucemia, por exemplo no n.º 2456-4, devido ao seu aporte de cálcio.

Finalmente, há pessoas relativamente alérgicas a certas variedades de citrinos — entre as quais a laranja; um provérbio diz entre nós que "a laranja é de ouro de manhã, de prata ao meio-dia e mata à noite"; a senhora Laranja tem alguns amantes dececionados:

Laranjas ocasionalmente, mas não demais! (Leitura 608-4)

As frutas exóticas

Bananas, mangas, papaias, litchis, tâmaras, abacates, ananases, etc., importados perdem pelo caminho uma parte do seu brilho vital. Se Cayce os apreciava, era porque vivia na Virgínia, um país já quente. Muitos dos seus doentes vinham do Sul, de estados com clima assumidamente tropical, onde podiam colher abacates no seu jardim. Pois a tribo das frutas exóticas importadas encerra espécies como a banana, o abacate ou o ananás, que se tornam extremamente tóxicas para o fígado quando começam a fermentar. E isto tanto mais quanto estas espécies chegam tratadas e desnaturalizadas pela maturação forçada aos mercados da Europa. Cayce, já em 1934, desaconselhava o consumo de frutos forçados:

E não consuma frutos amadurecidos artificialmente, mesmo que sejam em conserva. Fora isso, o ananás e o seu sumo são muito bons para o seu organismo. (Leitura 509-2).

Ou seja, não se deveria consumir demasiadas destas maravilhas exóticas se não se habita no país produtor. Mas não vale a pena ser demasiado rigorista: alguns são cultivados na Europa, onde foram "aclimatados" facilmente. É o caso do kiwi e do kumquat de que falei anteriormente no capítulo dos citrinos. E entre as espécies que se julgam ser "daqui", muitas começaram por ser "exóticas", como o pêssego, o damasco, a castanha-da-índia...

Os leitores que vivem nos trópicos, onde estes frutos são produtos locais, ficarão talvez contentes por saber o que Cayce disse sobre eles.

Os humores ácidos do ananás

Comecemos, pois, por este senhor solitário — já que acabámos de falar dele. Como se trata de um fruto amarelo, a sua riqueza em vitaminas B torna-o muito

reconstituinte para a doente abaixo (ela sofre de uma anemia geral, após um traumatismo):

Deve comer alimentos que contenham de forma assimilável os elementos indispensáveis à reconstituição do seu sangue: cálcio, ferro, glúten, que atuam sobre a ureia. (...) De manhã, ananás e sumo de ananás. (Leitura 3823-2)

No entanto, o ananás, que Cayce aconselha a misturar com algumas gotas de lima, reage como os citrinos: quando é consumido na mesma refeição que os cereais, cria uma grande acidez no tubo digestivo (embora seja naturalmente alcalino). Portanto, evitar o sumo de ananás com a torrada do pequeno-almoço, a tarte de ananás, etc. (leitura 838-3).

Tomados sozinhos:

Os ananases não produzem acidez, mas alcalinidade. É apenas se forem comidos com cereais ou amido (...) na mesma refeição, ou no mesmo dia, que se produzem estas reações ácidas no organismo! Não os tome, portanto, no mesmo dia! (Leitura 1484-1)

Foi por ter infringido esta lei dietética (nada de frutos ácidos ao mesmo tempo que os cereais) que o doente acima sofria das intoleráveis comichões da psoríase.

Abacates que defendem a sua saúde...

Estes vêm de muito longe, mais precisamente do nahuatl *auacatl*, de onde o espanhol tirou *abogado*. Os primeiros conquistadores colheram-nos na Guatemala, no México, em algumas das Antilhas.

OS ABACATES CONTÊM MUITO FERRO E COBRE, E SÃO BONS EM CASO DE ANEMIA? — Sim, é um remédio para os anémicos. O abacate contém muito ferro e é bom para toda a gente, especialmente quando é necessário restaurar o organismo e regenerar o sangue. Pois são fáceis de assimilar. Mas é melhor tomá-los de manhã ou à noite — nunca em plena atividade durante o dia! (Leitura 501-4)

O abacate convence melhor fora das horas de expediente! Mas aqui, como noutros casos, não faça demasiadas horas extraordinárias com ele, na medida em que a produção vem de longe.

Pena termos banalizado as bananas

Começou com Josephine Baker, que aparecia em palco com uma saia de bananas. Daí o rótulo definitivo de "símbolo sexual" colado, dada a sua forma, ao fruto — e à cantora. É assim que explico o sucesso fulgurante da banana em terras americanas. Cayce falou muito delas.

As bananas tornaram-se banais, e é uma pena; perderam sabor e qualidade terapêutica. As que se veem no merceeiro são amadurecidas artificialmente, o que as pode tornar tóxicas:

Não sobrecarregue o seu organismo com bananas, a menos que tenham amadurecido naturalmente. Pois, quando começam a estragar-se antes mesmo de serem agradáveis ao paladar, são nefastas para o organismo. Coma apenas as que estão arquimaduras, quando foram colhidas no ponto — e, ainda assim, consuma-as com moderação. (Leitura 658-15)

Portanto, de qualquer forma, já que as nossas bananas de mercado são todas "forçadas", não consuma demasiadas — (e sobretudo nunca passadas) —:

Nada de bananas, a menos que esteja no país onde elas crescem e amadurecem. (Leitura 820-2)

A banana, ao contrário dos citrinos, é um fruto que produz acidez no sistema digestivo:

Quando estiver num estado de grande ansiedade e de stress, não coma bananas nem frutos que produzam acidez. (Leitura 1724-1)

As bananas produzem acidez porque contêm muito amido:

No seu regime, atenção, nada de demasiadas féculas, sejam elas quais forem! Nada de bananas! (Leitura 632-6)

Contêm muitos açúcares, nem sempre assimiláveis:

Tente compor um regime à base de alimentos que produzam uma reação alcalina (básica) no sistema digestivo. Portanto, nada de demasiados açúcares, seja ao pequeno-almoço ou de outra forma. E nada de bananas. (Leitura 480-13)

Esta é toda a questão (Cayce volta a ela frequentemente) do equilíbrio ácido-base, ou seja, do pH. A uma jovem que sofria de acidez — e, em consequência, de prisão de ventre, má assimilação e problemas nervosos —, Cayce dirá:

Atenção às bananas. Atenção aos frutos que fermentam facilmente! (Leitura 2261-1)

Então, bananas para o lixo? Não, nem sempre:

A cada refeição, exceto ao pequeno-almoço, coma uma banana, sobretudo bem madura; mas não uma banana verde que tenha sido armazenada tempo demais! (Leitura 913-1, dada a um doente que sofria dos intestinos)

E Cayce disse a um depressivo:

Adicione aos seus menus frutos de cor amarela: ocasionalmente, bananas com cereais; isso irá estimulá-lo! (Leitura 816-13)

Os meus leitores recordar-se-ão de que o amarelo corresponde ao nível vibratório das glândulas suprarrenais, que despoletam a agressividade (no bom e no mau sentido do termo). As bananas "bio" — verdadeiras de verdade — são um armazém de vitaminas e um tónico potente:

Coma muitas vitaminas que fortalecerão a sua resistência às infeções: A, D e B1. Tome-as preferencialmente nos alimentos em vez de em pílulas! Para este organismo, bananas com cereais. Mastigue-as bem — mas, sobretudo, que estejam perfeitamente maduras! (Leitura 2598-1)

A banana é, portanto, tóxica se estiver verde ou se estiver passada. Uma leitura que diz muito sobre o desfasamento entre a banana do tempo do avô — ou seja, de Cayce — e a nossa! Como as coisas mudaram... O meu filho Gil diz que sofro da síndrome chamada em psicologia "do B.V.T.", do "Bom Velho Tempo"... "No meu tempo, as bananas eram naturais" (ele não quer acreditar em mim!).

As tâmaras são "dedos de luz"

É a sua alcunha em árabe: *deglet nour*. Cayce fala delas sempre com simpatia:

Consideramos que a forma como se alimenta merece mais consideração. O que seria bom para o seu organismo — e tónico — são as vitaminas B1, G e o ferro. A combinação destes três elementos é particularmente boa, especialmente se os ingerir sob a forma natural dos alimentos que os contêm. Seria mais eficaz do que sob a forma de uma preparação farmacêutica adicionada às refeições, que desaconselhamos — exceto, excecionalmente, para o tonificar. Adicione antes tâmaras às suas refeições! (Leitura 1770-7)

O nome latim da palmeira-dattera, *Phoenix dactylifera*, significa "a fénix que carrega dedos". A árvore viria da Fenícia, ou seja, do Líbano. O seu nome latim deu em provençal *datil*, e depois em francês *dattes*. Como dita a teoria das assinaturas, é bom para os dedos... Em todo o caso, a tâmara favorece a atividade: a do corpo em geral e a dos membros. Eis outra leitura para um homem que sofria de dores articulares precisamente nos dedos! Tinha trinta anos e era artrítico...

Consuma o que o ajudará a eliminar os resíduos. Para reconstituir o seu corpo, precisa de mais ferro: encontrá-lo-á nos frutos secos, como as tâmaras — todos os dias! (Leitura 849-23)

As tâmaras entram na composição do *Sobremesa da Múmia*, uma receita fortificante que, segundo Cayce, protege o sistema digestivo. Trata-se, grosso

modo, de reduzir a pasta uma chávena de figos, uma chávena de tâmaras, 1/2 chávena de farinha e algumas chávenas de água. As pessoas de Virginia Beach preparam-na com muita convicção, por fidelidade ao Mestre. Infelizmente, é hor-ro-ro-sa! Eu não tinha, portanto, qualquer vontade de me envolver nesta piedosa insipidez (digna do "bucho de ovelha recheado", caro aos puritanos escoceses), até ao dia em que compreendi que a culpa não era de Cayce, nem da sua receita. Era simplesmente porque as tâmaras da Califórnia, que se encontram em toda a América, são in-tra-vá-veis.

Para um paladar europeu habituado às tâmaras tunisinas, elas têm exatamente o sabor de um pedaço de algodão que o dentista nos colocaria como penso numa gengiva. Os figos, o mesmo. Tudo o que se cultiva na Califórnia é arquitratado e impossível de identificar pelo sabor! É como as bebidas em lata que se encontram em todas as bases militares americanas do mundo: impossível reconhecer pelo sabor a laranjada, o vinho, a cerveja, o champanhe ou a Coca-Cola. Tudo é 1) doce, 2) gaseificado, 3) com sabor a produto químico... É preciso ler o rótulo para saber o que se está a beber. O bravo soldado americano tem as papilas de betão armado.

Em suma, a *Sobremesa da Múmia* é deliciosa se nela puserem bons figos frescos e rechonchudos dos nossos, com tâmaras frescas ou secas não tratadas, chegadas diretamente dos oásis saarianos.

Esta sobremesa aparece em várias leituras dadas em épocas diferentes — e em versões de geometria variável. Eis uma:

DESDE QUE ELA É MUITO PEQUENA, A MÃE DESTA MENINA GOSTARIA DE SABER QUE TIPO DE ALIMENTAÇÃO SERIA A MELHOR PARA ELA. COMO CURÁ-LA? (desta astenia geral — a jovem doente tem doze anos e o ar franzino do "Petit Chose"!) — Dê-lhe frequentemente um alimento que era a base da alimentação dos Atlantes e dos Egípcios: cereais com figos e tâmaras, tudo preparado com leite de cabra. (Leitura 5257-1)

Noutra leitura (1907-2), Cayce precisa que se deve aquecer em banho-maria, mas: sem que a mistura chegue a ferver. A mistura é melhor quando os figos e as tâmaras são finamente picados antes de serem adicionados à farinha. Pode servir-se com ou sem natas, deixar no frio e utilizar no dia seguinte (desde que não fermente).

Já não há uma única goiaba em Goiaba...

Pois existe de facto em Guadalupe uma pequena aldeia chamada Goiaba (*Goyave*), na costa leste de Basse-Terre. Os 2.919 habitantes juram que tinham

goiabeiras antigamente — saqueadas pelos primeiros europeus que desembarcaram na ilha, há quatro séculos. Hoje, não resta uma única! A palavra "goiaba" vem da língua aruaque outrora falada nas Caraíbas, e que os espanhóis traduziram por *Guayaba*. Cayce falou dela, e dedico aos meus leitores antilhantes este excerto:

Ao meio-dia, essencialmente, uma salada de frutos crus (e afastar-se-á o menos possível deste regime!). Nesta salada, coloque então um fruto como a goiaba! (Leitura 935-1 dada a uma mulher que sofria há muito tempo de problemas endócrinos)

Lamento imenso que Cayce não tenha analisado os encantos secretos dessa pequena maravilha que é a compota de goiaba. Mas, como já disse, a América ignora o refinamento das pastas de fruta e das geleias — ex-libris da doçaria europeia. Vi-o bem, aliás, em Virginia Beach, pela cara horrorizada dos amigos a quem ofereci um dia as minhas compotas de amoras! Como se lhes tivesse proposto uma víbora num frasco... Comi-as, portanto, sozinha, as minhas amoras (de amoreira bio!) com açúcar mascavado. Era um pouco de Mediterrâneo no meu prato, que me ajudava a atravessar o deserto gastronómico dos meus anos virgens na Virgínia...

A papaia do papá

A uma mulher tuberculosa, que sofria de problemas de circulação sanguínea e linfática, Cayce declarou:

Sempre que puder, papaias! Não muito de cada vez; em pequenas quantidades e muito frequentemente. Será bom para o seu organismo! (Leitura 3687-1)

Sol no seu prato, querida amiga! Mas a papaia, como todos estes frutos tropicais, deve ser consumida fresca e, se possível, bio, como antigamente... a papaia do papá! Soube que há pessoas que a cultivam em Paris, em estufa.

O caqui de farda

Não sei por que razão chamam "caqui" (*kaki*) ao bege dos uniformes militares... pois o fruto caqui é de um laranja vibrante! Tinha várias árvores dessas no meu jardim em Marrocos e fazia compotas. É o fruto do diospireiro do Japão, árvore muito decorativa, aclimatada entre nós no Sul. O caqui aparece cada vez mais nos nossos mercados: tem o aspeto de um pequeno tomate. No Extremo Oriente, as suas propriedades médicas são reconhecidas em afeções das vias urinárias, do intestino e das vias respiratórias, bem como da pele. Cresce na

Virgínia; é por isso que Cayce fala dele algumas vezes — em particular nesta receita para encaracolar os cabelos lisos, onde se aconselha a uma adolescente:

ferver caroços de caqui com a casca das raízes da árvore, e massajar o couro cabeludo com isso. (Leitura 267-7)

Eis o caso de um jovem de vinte e cinco anos que, na sequência de um acidente, ficou com cicatrizes feias no crânio:

QUE TRATAMENTO DEVERIA SEGUIR PARA FAZER CRESCER O MEU CABELO? — Coma cascas de batata e, depois, coma caquis assim que a situação começar a recompor-se! (Leitura 1710-5)

Edgar Cayce celebrou frequentemente os méritos muito desconhecidos da casca da batata...

Os frutos exóticos de que Cayce não falou

Homem prático, Cayce prescrevia aos seus doentes, salvo raras exceções, produtos locais fáceis de encontrar: os frutos exóticos só são mencionados por ele quando crescem na Virgínia ou nos estados vizinhos, de onde vinham os seus consultantes. Muitos deles, contudo, desembarcavam de Nova Iorque (onde ninguém sabe já que fruto local se colhia em Manhattan no tempo de Peter Stuyvesant...). Cayce, tal como Sócrates, dava o seu ensinamento através de um diálogo. Mas uma multidão de perguntas que gostaríamos de lhe ter feito não interessavam aos seus consultantes. Cayce não lhes respondeu... Dito isto, há também muita informação nas leituras que os seus contemporâneos não compreenderam, porque não estavam maduros (... se assim posso dizer!) para a receber. Informações que descobrimos agora porque estavam, de facto, destinadas às pessoas do nosso tempo... E é apaixonante: as leituras são de uma tal riqueza que nunca se acaba de as analisar!

De qualquer forma, não precisamos realmente de frutos exóticos se não habitarmos o solo de onde eles retiram a sua força. Eis um diálogo onde Cayce precisa o seu pensamento sobre a relação entre o clima, a latitude, os frutos da terra e a saúde:

O CLIMA DE X... É BOM, E DEVO RESIDIR LÁ PERMANENTEMENTE? — As condições climáticas não são responsáveis pela sua doença. O seu organismo pode adaptar-se a elas. Como já dissemos, os humanos podem, em geral, adaptar-se às condições climáticas, se quiserem aderir ao modo de vida e às formas de se alimentar do país — e comer os produtos locais. Isso permite adaptar o organismo muito mais depressa a qualquer condição climática e geográfica.

UM REGIME COMPOSTO SOBRETUDO POR FRUTOS, LEGUMES, OVOS, LEITE, É O MELHOR PARA MIM? — insiste o senhor que, visivelmente, não percebeu patavina do que Cayce lhe quer fazer compreender... — Como lhe acabámos de dizer, consuma antes produtos locais, que venham das redondezas imediatas. É muito melhor para o seu organismo do que um suposto regime vegetariano, ou lácteo, ou herbívoro...! Precisaria de mais proteínas naturais.

O CHOCOLATE DE LEITE MUITO CONCENTRADO E COM MALTE, QUE FAÇO TODOS OS DIAS, É MAU PARA MIM? — reincide o senhor (que, ao que parece, não habita de todo um país produtor de cacau — mas faz questão de manter os seus pequenos hábitos!) Cayce desilude-o friamente: — O chocolate que consome atualmente não é realmente o que de melhor se faz como regime — para quem quer que seja! Deveria antes beber muito leite. Encontrá-lo-á no campo em redor de X... (Leitura 4047-1)

Peço imensa desculpa aos meus leitores suíços, que construíram o seu império — como todos sabem — sobre as virtudes do chocolate... Quanto ao coco, amendoins e cajus, vamo-los ver no capítulo sobre os frutos oleaginosos.

Os frutos vermelhos (ou bagas) - O sangue vermelho da terra

Em inglês, Cayce diz *berries*, o que se traduz por "bagas" ou "frutos vermelhos". Trata-se das bagas que se apanham no chão (morangos, mirtilos, arandos...) ou nos arbustos do sub-bosque e das sebes (groselhas, cássis, amoras de silva, framboesas, bagas de roseira-brava, abrunhos, frutos do pilriteiro, do sabugueiro preto, da sorveira e do carvalho-cerquinho, do corniso, do agracejo, etc.). Podem até juntar-se-lhes as cerejas bravas, ginjas e as cerejas do monte.

A característica geral destas bagas é a sua cor vermelha. Algumas, pretas por fora, têm um sumo vermelho por dentro: cássis, amoras, sabugueiro, mirtilos, etc. Só a groselha branca e a groselha-espinhosa — dois rebeldes! — se permitem ser do contra com o seu sumo branco.

Segundo a Teoria das Assinaturas, tudo o que dá um sumo vermelho é bom para o sangue: favorece a produção de hemácias, ou seja, de glóbulos vermelhos. Encontra-se também a analogia tradicional com a cor vermelha do ferro oxidado e o simbolismo astrológico do planeta Marte, que rege simultaneamente a energia vital, o sangue, o ferro e a cor vermelha. Esta, nos glóbulos do mesmo nome, explica-se pela presença de hemoglobinas, à base de ferro.

Cayce não falou de todas as bagas, de todos os frutos vermelhos; não existem exatamente as mesmas espécies nem as mesmas variedades no continente americano (onde, de qualquer forma, só se consome o que é cultivado).

A primeira indicação terapêutica dos frutos vermelhos é evidente: as doenças do sangue, doenças circulatórias, carências de ferro, insuficiência de glóbulos vermelhos. O nosso sangue tem uma afinidade misteriosa com a seiva das plantas e o sumo dos frutos, que são como a expressão do sangue da terra.

Eis um organismo que recuperará o seu equilíbrio com um regime que reconstitua os elementos do sangue; ou seja, um regime que traga um máximo de ferro: portanto, à base de frutos vermelhos; mais particularmente aqueles que se apanham no chão, e perto do chão. (Leitura 4881-7)

A outro doente, Cayce aconselharia desta vez:

Um regime facilmente assimilável para reconstituir o sistema nervoso e o sangue. São precisos frutos vermelhos, daqueles que crescem a partir do solo, mas não rente ao solo. (Leitura 3842-1).

As exigências de Cayce podem parecer bizarras... Ora, as investigações científicas mediram nos biótopos (associações botânicas e zoológicas nas paisagens naturais) "escalonamentos" em altura e em altitude extremamente precisos. Em cada nível, os vegetais têm características físico-químicas bem definidas, que correspondem à intensidade da luz, à duração quotidiana ou anual da exposição solar, etc. Cada patamar é habitado por uma associação particular de espécies vegetais e animais, cujos limites são mais precisos do que se julga. Vê-se isto particularmente bem à beira-mar e no mergulho submarino, ou na zona entremarés: pescadores e mergulhadores notaram há muito este escalonamento em profundidade, onde cada nível é habitado por uma fauna e flora específicas.

À época destas duas leituras — respetivamente em 1923 e em 1931 — a biogeografia e a ecologia ainda não eram ensinadas na universidade; e os dois doentes devem ter pensado que o pai Cayce estava um pouco "chanfrado" nas suas prescrições sobre os frutos que crescem a partir do solo!

As bagas são muito ricas em certos oligoelementos: ferro, sílica, fósforo (leitura 480-19) e em vitaminas B (leitura 3285-1). Têm um efeito geral de drenagem de toxinas.

Coma apenas frutos da época, bagas ou frutos do mesmo género, que devem fazer parte do seu regime. Pois as bagas têm não só um efeito desintoxicante como também, de forma geral, melhoram os seus diferentes problemas de saúde. (Leitura 1179-6)

Antes que o atual *american way of life* cobrisse o continente com um deserto de betão, a América era muito rica em bagas silvestres, das quais os índios se alimentavam. Os seus conhecimentos neste domínio perderam-se; e Cayce não

pretende impor o consumo de bagas silvestres aos seus clientes — como nós praticamos na Europa: a alegria de um passeio na floresta, para nós, é também a de trincar o morango silvestre! E que dizer da compota de amoras de silva, especialidade requintada que a mais pequena bretã aprendia outrora a preparar?

A colheita das amoras, em setembro, nos caminhos estreitos, era um ritual a nunca perder! As crianças voltavam para casa carregadas com um espólio imponente, cobertas de sumo vermelho que denunciava a sua gulodice. Nessa noite, tiravam-se as grandes bacias de cobre; deitava-se o açúcar e as amoras fresquíssimas; deixava-se ferver tudo, retirava-se do fogo para passar pelo passador, esmagando frutos, grainhas e sumo. Eliminava-se uma parte das grainhas com o coador e colocava-se em frascos este ouro negro que arrefecia lentamente enquanto solidificava. As crianças, nessa noite, iam para a cama sem fazerem fitas...

As bagas têm como característica possuir sementes que se metem nos dentes — e podem por vezes ser indigestas. (Eis por que, na minha receita de marmelada de amoras, se eliminava a maior parte das sementes. Aqueles que não as suportam de todo preferem a geleia, feita unicamente a partir do sumo.) Mas, atenção à nuance, tudo depende do lugar da semente no fruto:

Cuidado com as bagas que têm as sementes no exterior do fruto. Não coma demasiadas! (Leitura 3008-1)

Tão grande é o poder terapêutico das bagas que elas não o perdem completamente quando estão em conserva:

Mesmo em lata, pode utilizá-las — se não conseguir obter frescas. (Leitura 849-50 para um jovem de trinta e três anos, artrítico)

Conservas em lata, em pote ou em frasco, sim, mas unicamente aquelas que foram feitas por nós próprios, com bagas que crescem localmente, as únicas admitidas por Cayce:

Consuma frutos, bagas de todos os tipos, mas mais especialmente aquelas que crescem no seu ambiente imediato. (Leitura 1771-3 dada a uma jovem que sofria de febre dos fenos)

Eis agora, um após outro, cada tipo de baga recomendada por Cayce.

As amoras: o ouro negro dos nossos golfos

Nunca mais acabaríamos de enumerar as virtudes médicas desta planta excecional. A lista de doenças curadas pela amora de silva é inesgotável. De uma ponta à outra do tubo digestivo, a amora limpa, varre, dá brilho, desinfeta, trata as

feridas... As melhores são as que crescem nos nossos climas atlânticos, não muito longe do mar: precisam deste clima suave e marítimo para serem bem doces.

Em conformidade com a tradição bretã que evoquei acima, Cayce é um fervoroso adepto:

São melhores que os morangos, pois estes últimos podem por vezes ser muito ácidos: dependendo do terreno onde crescem, podem conter demasiado potássio. (Leitura 3823-4 para uma doente com eczema)

A groselha: o remédio dos fígados preguiçosos

Sabe-se que é aconselhada aos fígados preguiçosos e aos reumáticos. Um ditado popular associa-a ao trigo: "Pouca fruta na groselheira Pouco trigo no celeiro"

Cayce tinha-a receitado igualmente à mesma doente da leitura citada acima (3823-4) — e a leitura seguinte recomenda-a a uma jovem artrítica, cujo desequilíbrio hormonal se manifestava na pele através da doença chamada "elefantíase":

A cada refeição, acrescentaríamos algo doce — frutos vermelhos sobretudo, desde que não sejam tratados: groselhas, cássis e toda a família. (Leitura 951-1)

Cássis e groselha-espinhosa

Cássis e groselha dizem-se em inglês *currant*, e para o cássis, especifica-se apenas *black currant* — ou seja, "groselha preta". Isto significa que a língua inglesa considera simplesmente o cássis como uma subespécie de groselha — enquanto para nós é um fruto diferente, que tem direito a um nome só para si! À parte a leitura citada acima, não encontrei grande coisa sobre o cássis em Cayce: visivelmente, este fruto não interessava aos seus doentes, que parecem não o ter conhecido nem cultivado.

A groselha-espinhosa, por sua vez, é uma personalidade por direito próprio na língua inglesa; não é um *green currant*, mas uma *gooseberry* (= baga de ganso!). Ninguém me conseguiu explicar por que razão em francês (e português) ela tem este nome de peixe (*groseille à maquereau*). (Já alguma vez tentaram atrair cavalas com uma destas groselhas? Duvido que funcione muito bem...) A groselha-espinhosa não pesca em águas turvas, mas empresta o seu sangue para reconstituir o nosso:

O QUE SE LHE DEVE DAR DE ESPECIAL PARA COMER? O QUE SERIA BOM PARA ELE? (Trata-se de um cardíaco). — Os alimentos reconstrutores do sangue, em

particular os que são ricos em ferro. Frutos vermelhos, bagas e, mais especialmente, groselhas-espinhosas. (Leitura 2597-6)

O que é espantoso é que permanecem verdes durante muito tempo... exceto quando estão bem maduras: tomam então, de facto, um tom que lembra o ferro enferrujado.

À mesma jovem de dezoito anos, a quem foram aconselhadas groselhas e cássis (cf. capítulo anterior), são igualmente prescritas as groselhas-espinhosas:

Retirará daí muita energia, qualquer que seja a forma como forem preparadas, ou mesmo em conserva, desde que seja sem aditivos. (Leitura 951-1)

Por outro lado, num outro caso de desequilíbrio hormonal, Cayce é perentório:

Nada de groselhas-espinhosas! (Leitura 906-1)

A sobremesa preferida dos ursos: a framboesa

Entre nós, as framboesas sobreviveram — os ursos não! Moralidade: quanto mais pequeno se é, melhor se defende.

Fiquei surpreendida por encontrar apenas duas ou três leituras sobre este fruto, que é a dádiva das fadas às montanhas de França, da Suíça e da Itália do Norte. A framboesa americana, visivelmente, não é a mesma coisa — é a prima pobre:

Deve consumir apenas com moderação certos frutos vermelhos, em particular os que surgem cedo na estação, como as framboesas; e antes a variedade preta do que a vermelha. (Leitura 906-1)

Na Europa, desconhecemos a variedade "preta", exceto sob a forma de "framboesa-amora", cultivada por vezes nos jardins. A ideia a reter, simplesmente, é que há pessoas de quem a framboesa não gosta (na minha opinião, não muitas deste lado do Atlântico!).

Não encontrei, como é óbvio, em Cayce qualquer menção ao licor de framboesa, à compota de framboesa, à geleia de framboesa, ao sumo de framboesa, etc. Isto explica-se, penso eu, pelo facto de ser um fruto de montanha, típico dos Alpes, que não parece ter colonizado massivamente a América como a maçã ou a passa de uva... (ver mais adiante!). Pessoalmente, com Cayce ou sem Cayce, continuo a fazer refeições inteiras de framboesas — sobretudo silvestres! — e sinto-me bem! Nunca se deve perder de vista que Cayce falou aos seus doentes sobre o que eles conheciam e podiam encontrar localmente. Não é porque Cayce

desconhece as nossas glórias gastronómicas locais que deveríamos privar-nos delas!

Morango com morango

É assim que se diz "beijar" em francês canadiano! Não é amoroso?

Os morangos, olhem-nos bem nos olhos para saberem se se vão entender bem com eles... Pois são objeto de um grande número de leituras, igualmente divididas em: Sobretudo, coma-os! (leituras 901-8, 808-6, etc.), e: Sobretudo, não os coma! (Leituras 3751-6, 906-1, etc.). Há também a "Via do Meio": Coma-os em quantidades moderadas (leitura 1512-2); Não os coma quando ainda não estiverem maduros ou demasiado cedo no início da estação — e também não fora da estação (leitura 877-16). Tudo depende das pessoas...

Para os Beatles, era *"Strawberry fields forever"*... Para outros, os morangos dão urticária! No entanto, estão entre os frutos mais saudáveis, pois crescem muito bem em agricultura biológica, sem adubos nem pesticidas, apenas com água e sol. Assim, os morangos do Sudoeste, que chegam aos nossos mercados no início da estação, são relativamente pouco tratados. Sobretudo, não faça tartes com eles, é a típica má combinação:

POSSO COMER MORANGOS? — Ocasionalmente, e muito poucos. TEM OUTROS CONSELHOS PARA ME DAR SOBRE O MEU REGIME? — Como já indicámos, evite as combinações alimentares que provocam acidez. Os citrinos, embora ácidos no paladar, não produzem acidez, exceto se forem ingeridos com féculas. (Leitura 1512-2)

Nesta leitura, Cayce não inclui nominalmente o morango entre os citrinos, mas a aproximação com estes sugere que a combinação morango mais féculas também cria acidez no estômago. Esta acidez está na origem de uma infinita variedade de desequilíbrios digestivos, responsáveis por variadas doenças (no caso acima, de artritismo).

Noutro lado, Cayce precisará:

Nem morango, nem qualquer fruto de paladar ácido. (Leitura 3751-6)

O doente, aqui, é um bebé de três anos com cancro. Também neste caso, Cayce coloca os morangos na categoria dos frutos de paladar ácido, que se tornam perigosos se associados a féculas (como a farinha). Tartes de morango, de laranja, de limão, de ruibarbo, de ananás, por muito deliciosas que sejam, são de evitar para as pessoas frágeis. Pior para os gulosos.

O tempo das cerejas

"Se todo o ano houvesse cerejas, Os senhores médicos andariam em camisa!"

E eis todo um curso sobre as virtudes deste fruto para tratar o eczema. Esta doença deve-se, ao que parece, a:

uma má coordenação entre os diferentes sistemas de eliminação de toxinas, entre as diferentes vias de drenagem do organismo, como indica o congestionamento da circulação linfática e dos órgãos excretores. Todos estes males poderiam desaparecer rapidamente (...) graças a certos frutos de pequeno tamanho; refiro-me aos frutos vermelhos. (Leitura 3823-4)

Como as bagas que chamamos frutos vermelhos se dizem em inglês *berries*, e as cerejas *cherries*, a doente pensa que Cayce confundiu estas duas palavras:

QUER FALAR DOS FRUTOS VERMELHOS OU DAS CEREJAS? (*"berries"* ou *"cherries"*) — Das cerejas, que são melhores para si do que os frutos vermelhos, ou seja, do que certas espécies de frutos vermelhos. Entre estes últimos, alguns são muito ácidos. Mas isso depende também da forma como são cultivados. Mais precisamente, se contêm demasiado potássio. É necessário então, para restabelecer o equilíbrio, consumir produtos suficientes que contenham sílica ou iodo. (Leitura 3823-4)

Cayce considera que, de todos os frutos que se colhem na primavera, são as cerejas as que são:

as mais facilmente assimiláveis e reconstituintes para os nervos e o sangue. (Leitura 3842-1)

Frutos de verão e frutos de outono

De verão ou de outono, depende da latitude e da altitude. Os pêssegos do meu jardim de Versalhes não estavam maduros antes do final de setembro, enquanto os do Sul chegavam a Paris em maio — o que é perfeitamente ilustrado pelo desfasamento entre os dois provérbios: "Quando o pessegueiro está em flor, dia e noite têm o mesmo comprimento" (ou seja, por volta de 21 de março). E "Quando o pêssego está maduro, dia e noite têm a mesma medida"; o que situa — para o Sul! — a colheita na mesma data.

Tudo depende também dos humores do tempo... isso não é apenas um tema de conversa muito *british*, é a surpresa constante (visto que os profetas da meteorologia continuam a falhar redondamente). No verão de 89, apanhei amoras perfeitamente maduras no final de julho, na Normandia, em Saint-Gatien-des-Bois,

em casa de Janie Michiels, que normalmente as apanha em meados de setembro. Mas, querida amiga, o tempo já não é o que era... Mudaram-no!

Para mim, não há mistério: caminhamos para uma desestabilização do clima que só irá acentuar-se, com "efeitos especiais" cada vez mais impactantes. E isto até ao ano em que a Terra basculará, mudando completamente o nosso cenário climático.

Por enquanto, colhemos grosso modo (mas mais grosso do que modo...) os melões, os figos, os damascos, os pêssegos, as ameixas e as nectarinas, no verão. E as maçãs, as peras, as nêsperas, os marmelos e as uvas, no outono. Obviamente, após o ano fatídico da inversão dos polos (*The Turning of the Axis*, diz Cayce, que o anuncia para 1998!), não saberemos de todo o que colheremos, nem quando... Ananases no Bois de Boulogne, se formos projetados para baixo do equador, ou então arandos, se acordarmos sob o círculo polar (qual deles? O mestre Philippe dizia que, no final deste século, "Paris estaria virada para o polo Sul")!

Por agora, passemos em revista alguns velhos amigos que esperamos manter até 1998!

Chapéu ao melão!

O melão atua sobre a atividade do fígado e dos rins. (Leitura 3121-1)

Cayce aconselha-o a uma jovem grávida que sofria de insuficiência renal:

Três ou quatro vezes por semana, ou mais frequentemente, uma melancia; isso limpar-lhe-á os rins. (Leitura 540-6)

E, nesta mesma leitura, explica que esta ação "lavante" da melancia se deve ao seu alto teor de fósforo, potássio e cálcio. Num caso de cancro renal, recomenda uma cura:

O seu regime: comer quase unicamente, por algum tempo, melancias, todos os dias. (Leitura 3121-1)

Contudo, o melão, apesar das suas rotundidades e do seu ar bonacheirão, deve ser manuseado com prudência. Não é inofensivo: como é um medicamento potente, não deve ser utilizado fora de tempo! Recordamos o ditado: «As maçãs e o melão Trazem a febre à mansão.»

É precisamente o que pensa Cayce. A senhora 1505-4, doente dos rins, pergunta o que deve evitar — e ouve como resposta:

Os alimentos que fazem os rins trabalhar demais! Os melões... embora uma melancia, de longe em longe, possa figurar nos seus menus. (Leitura 1505-4)

E ao senhor 2597-4, que é cardíaco:

Nem melancia nem cantalupo (tipo melão de Carpentras).

Estar com o pêssego (Estar em forma)

O pêssego, em Cayce, é todo um capítulo, e grande é a diversidade de doenças que cura. Aqui também, as mesmas prescrições gerais, que Cayce se empenhará em repetir centenas de vezes: apenas na época e bem maduros. Em conserva: em alguns casos precisos, sob a condição de que essas conservas não tenham aditivos (sobretudo nada de benzoato de sódio, diz ele).

As múltiplas virtudes do pêssego, segundo ele, devem-se primeiro ao seu teor excecional de vitaminas (B1 sobretudo, G e D) associadas ao ferro:

Como fortificante, consuma alimentos que contenham o máximo de ferro possível, principalmente frutas; é o caso, por exemplo, de certas espécies de pêssegos — mas não todas! (Leitura 4889-1)

Há pêssego e pêssego, como diz na leitura abaixo:

Coma todas as frutas amarelas, em particular os pêssegos amarelos — não os brancos! (Leitura 2277-1, para uma adolescente que precisava urgentemente de recuperar a saúde)

Por que raio os pêssegos amarelos? Será o enxofre da tentação? Que dá uma energia (um "pêssego") do diabo? Cayce explica:

Precisa de vitaminas B1. Os pêssegos amarelos, mesmo em lata, contêm-na. É bom para si! (Leitura 2500-1)

Todas as frutas de cor amarela contêm fortes quantidades de vitaminas B, e a maioria delas vitaminas G (...), em particular os pêssegos. (Leitura 826-13)

Os pêssegos brancos, tratados como parentes pobres, terão sido esquecidos quando as fadas se inclinaram sobre o seu berço? Doces, redondos, tenros, estas criaturas do sol e do Sul escondem bem o seu jogo: uma bala de ferro sob uma pele de veludo...

Cardíacos e anémicos de todos os países, uni-vos: exijam pêssegos! Eles tratam aqueles que têm a tez pálida e "sumo de nabo" (em vez de glóbulos vermelhos!) nas veias:

Reconstitua o seu sangue comendo alimentos ricos em ferro. Pêssegos! (Leitura 2597-6)

Eis por que os pêssegos curam todo o tipo de anemias (leituras 1861-5, 2414-1, 3466-1, 4889-1, 509-2, 2277-1, 1207-2, 2500-1, etc.), as depressões nervosas (leitura 816-13) e as insuficiências tiroideias:

As vitaminas e a energia que eles trazem terão um efeito benfazejo na atividade da sua glândula tiroideia. (Leitura 2414-1)

O que mais curam os pêssegos? Naturalmente, todos os casos de prisão de ventre — mas essa é a virtude geral das frutas de primavera e verão (inumeráveis leituras!). Contudo, atenção! Nem todos podem manusear o ferro. Há quem ele possa ferir:

Para este organismo, um fruto como o pêssego é absolutamente proibido. Tabu! (Leitura 3109-1, para um bebé de dois anos com o intestino frágil)

De forma geral, atenção para consumir:

apenas pêssegos frescos, bem firmes, nunca tocados, ou seja, nunca quando a fermentação já tenha começado. (Leitura 2261-1)

O damasco: mais um refugiado!

Nome e apelido latinos: *Prunus armeniaca*. Ou seja, o damasco chegou um dia da Arménia num tapete voador... O seu nome francês (*abricot*) vem do espanhol: *albaricoque*. Mas, como todas estas palavras espanholas que começam por "al", é um árabe que sobreviveu à Reconquista. Refugiado na França, é um exemplo de integração bem-sucedida. Cayce recomenda primeiro o damasco contra a bronquite. Esta, como as outras maleitas do inverno (angina, constipação, gripe, lumbago), deve-se a uma eliminação insuficiente das toxinas (e Cayce é muito falador sobre isto):

Atenção ao seu regime; coma menos alimentos que produzam acidez: demasiadas féculas, proteínas pesadas de digerir ou que contenham resíduos importantes difíceis de eliminar (trata-se das proteínas animais). Coma mais frutas, especialmente damascos: será bom para si. (Leitura 4293-1)

A uma outra pessoa, Cayce recomenda os damascos secos, de preferência cozinhados (Leitura 1158-21).

A família ameixa: ameixas secas, nectarinas, etc.

Frutificam nas leituras para aliviar todo o tipo de misérias — um verdadeiro presente dos deuses! As ameixas contêm também elas muito ferro e, a esse título, são aconselhadas aos cardíacos (leitura 2597-6) e aos doentes hepáticos (leituras 3326-1, 2261-1). Mas atenção, nem todos as suportam:

Nada de doces nem de ameixas cruas. Por outro lado, em conserva, sim. (Leitura 2261-1)

Num outro caso, são toleradas, com a condição de:

serem ingeridas em quantidades moderadas, e na época. (Leitura 509-2)

Um capítulo especial é dedicado ao efeito desintoxicante (e laxante) da ameixa seca. Como disse anteriormente, a intoxicação pela prisão de ventre crónica gera sempre a gama das "doenças da civilização". Por mais surpreendente que pareça, por exemplo, a asma. Eis a prescrição de Cayce para uma mulher de cinquenta e dois anos, asmática:

Os açúcares — sob qualquer forma — são-lhe proibidos. Mas consuma frequentemente ameixas secas, compota de ameixas, sumo de ameixas, todas as preparações possíveis deste fruto. É o que melhor favorecerá a eliminação das toxinas (...), e ajudará o reequilíbrio do sistema nervoso simpático e do parassimpático, responsáveis pelo seu pessimismo! (Leitura 4029-1)

As leituras sobre a ameixa seca põem todas a tónica na ação purgativa do fruto; algumas consideram-no até mais ativo quando cozinhado. Cayce prescreve (leitura 1158-21) a alguns dos seus doentes uma cura de três dias, ou de cinco dias, em que não se come nada além de ameixas secas — a grande limpeza de primavera!

A leitura 1188-10 recomenda-as a um rapaz de onze anos devido à sua riqueza em vitaminas A, B, C, D e G. No conjunto, as ameixas secas são aconselhadas de manhã, ao pequeno-almoço, ou ao meio-dia, e por vezes acompanhadas de um pouco de natas (Leitura 402-1). Alguns obstipados crónicos deveriam, de qualquer forma, tomar:

todos os dias, algumas ameixas secas, sob formas diferentes. (Leitura 2479-1)

O sumo de ameixa seca é muito vivamente recomendado por Cayce. Por exemplo, para este bebé de cinco meses:

Poderia dar-lhe sumo de ameixas secas, desde que seja feito com ameixas pequenas, em vez das extra-grandes. Mas é preciso cozinhá-las bem, esmagá-las bem e filtrar, deixando um pouco de polpa. Isso estimulará o fígado e o baço, favorecendo a regularidade das evacuações intestinais. (Leitura 1788-6)

Duelo Figo contra Ameixa Seca: tudo vai por água abaixo!

Toda a gente sabe que o figo é a arma absoluta contra a prisão de ventre, e Cayce faz coro em inúmeras leituras. São demasiadas para dar todas aqui, mas eis algumas:

Quando precisar de um laxante, é preferível que seja sob forma vegetal. Mas nem sequer precisará dele se fizer cada dia uma refeição de figos ou de sumo de figos.

Recorda-se que Cayce tinha dito o mesmo das laranjas e do sumo de laranja. Aqui, explica porquê:

Os figos contêm oligoelementos que estimulam as mucosas do tubo digestivo, de uma ponta à outra, desde as glândulas salivares até ao jejuno. Em particular, quando este último começa a funcionar, os figos têm uma ação sobre as glândulas que segregam os sucos digestivos, cuja função é triar os constituintes do bolo alimentar. Estes sucos estarão então em quantidade suficiente (...) para formar o muco necessário ao trânsito intestinal. (Leitura 5592-1)

O figo fresco, aproveitemo-lo, é um fruto de "casa", desde a Provença até às costas atlânticas: a figueira cresce em todo o lado. Aliás, o seu nome francês (*figue*) vem do provençal *Fica* (que se tornou, no italiano moderno, um insulto horrível — muito usado!).

Pois bem, a figueira tem má fama! Já se conhecia pelo provérbio: «Nunca figueira sem herdeiro», deixando supor que a primeira traz as cobiças do segundo para dentro de casa. Há também o «Figo de Adão», que é uma banana, em referência ao episódio bíblico onde Adão e Eva receberam a ordem de se vestirem com um pareo de largas folhas para esconder a sua nudez. (Mas não provará isso, simplesmente, que o tempo tinha refrescado, ao entardecer do Paraíso Terrestre?)

Tenho diante de mim leituras recomendando o figo nos seguintes casos: tuberculose (1564-3); artrose e reumatismo (849-23, 951-1); diabetes (4020-1); elefantíase (951-1); bronquite (4293-1); obesidade (1183-2); gastrite (5622-3); anemia (2479-1, 1770-7, 1225-1, 1688-7, 1476-1); gravidez difícil (711-4); se aplicarmos a Teoria das Assinaturas, o figo deveria ser indicado em ginecologia. E, naturalmente, inúmeros casos de prisão de ventre, que é, finalmente, a doença do século (responsável por todas as outras, ou quase: as leituras não hesitam em repeti-lo!). O figo, tal como a tâmara, combina ferro com as vitaminas B1 e G (leitura 1770-7), o que lhe confere o seu poder terapêutico (tal como o pêssego).

À diferença da laranja, o figo pode ser consumido seco, fora da época:

Os figos são excelentes, quer maduros quando frescos, quer embalados. (Leitura 1377-3)

Mas neste caso, Cayce aconselha antes a cozinhá-los após demolha:

OS FIGOS? — Uma a três vezes por semana. Depende com o que os come; ou cozinhados, ou secos (...). QUE FAZER PARA ASSEGURAR REGULARMENTE A EVACUAÇÃO QUOTIDIANA DO INTESTINO? — Um regime alimentar! Mas, sobretudo, não se torne dependente de um laxante, seja ele qual for. O melhor é tomar este sob uma forma natural: os figos, por exemplo. Isso manterá os seus intestinos em bom estado de funcionamento. (Leitura 1158-21)

Nem carne nem peixe (Mi-figue mi-raisin)

A uva goza, nas leituras, de um prestígio igual ao do figo... E o fluxo de elogios às suas virtudes é impressionante! Cayce considerava a uva como um fortificante. Prescreveu-a a pessoas que, ou se alimentavam mal, ou não assimilavam os elementos nutritivos das suas refeições. Tenho diante de mim cinco casos de anemia. Por exemplo:

Coma o máximo possível de uvas! Tanto quanto puder. De todo o tipo. E sumo de uva; isso livrá-lo-á dos gases intestinais. (Leitura 2140-1)

A doente não sofria apenas de fermentação, mas também de prisão de ventre, de um péssimo estado geral e nervoso, acompanhado de uma fraqueza generalizada. Segundo Cayce, o interesse principal da uva repousa nessa famosa combinação, que já vimos acima, atribuída aos figos e às tâmaras: a vitamina B1, a vitamina G e o ferro. É, portanto, um reconstituinte sem par. Cayce também prescreveu a uva num caso de tuberculose, outro de epilepsia, vários casos de bronquite, constipação, congestão devido ao frio, etc. Eis ainda um caso de anemia:

Nada de maçãs, mas todo o tipo de frutas, e particularmente uvas. Mas retire as grainhas antes de as comer. (Leitura 501-1)

Mesma prescrição num caso de gastrite:

TODOS OS FRUTOS CRUS SÃO MAUS PARA MIM? — Coma uvas, é bom. Sem as grainhas. (Leitura 5622-3)

Num caso de epilepsia (leitura 543-7, para uma jovem de vinte e dois anos) e num caso de convalescença (leitura 632-6), Cayce insiste: sobretudo não comer uvas em lata, devido aos aditivos químicos presentes nas conservas. Ele repete (leitura 2320-1) que se deve comer a uva na época e bem madura. No que diz respeito à uva em lata, em Portugal, graças a Deus, esta barbárie é-nos poupada. Só conhecemos as passas de uva secas ao sol que, em princípio, não precisavam de manipulações químicas para se conservarem. Infelizmente, são as uvas de mesa, "na época", que são regadas com pesticidas. Daí a necessidade absoluta de lavar a uva antes de a consumir, de forma a evitar qualquer risco de diarreia ou de

intoxicação (a uva vendida nos mercados já vem lavada, mas duas precauções valem mais do que uma!).

Desde há algum tempo, surgem na Europa, no inverno (portanto, fora de época para nós), uvas de países exóticos (da África do Sul, por exemplo). Caras, como é óbvio, e não muito saudáveis, visto que vêm de longe: não correspondem aos nossos relógios biológicos.

Cayce também alerta contra as uvas verdes que, demasiado ácidas, provocam diarreia. Como dizia a pequena raposa de La Fontaine, para se consolar de não conseguir chegar à parreira: "Estas uvas estão verdes. São para gente ordinária."

A vinha permaneceu durante muito tempo uma especialidade mediterrânica e europeia. Gerações de pioneiros tentaram durante muito tempo cultivá-la no continente americano — sem conseguirem dar ao vinho um verdadeiro sabor a vinho. Questão de clima, de solo, de humidade… Foi apenas recentemente que as investigações permitiram compreender porquê — e melhorar a vinha nos Estados Unidos, de forma a torná-la um produto válido. Em 1860, aquando da devastação do vinhedo europeu pela filoxera, teve de se utilizar como porta-enxerto as vinhas bravas americanas para o reconstituir. De tal modo que, atualmente, os nossos próprios vinhedos são híbridos.

No entanto, se o vinhedo californiano é considerado pelos enólogos como totalmente respeitável no que toca aos vinhos, a produção da uva de mesa não está à altura. As uvas californianas são de uma insipidez enjoativa (tal como por lá as tâmaras, as laranjas, o mel...). Porquê? Porque essa produção é tão arquitratada com produtos químicos que só guarda do fruto a forma exterior. Realmente nada, nada a ver com o nosso maravilhoso *moscatel* ou *Dona Maria*, amadurecido ao sol, cultivado com amor por artesãos herdeiros de uma velha tradição. De qualquer forma, nada a ver também entre as papilas gustativas do consumidor português, muito exigente quanto à qualidade, e as do consumidor ianque, anestesiadas há muito pela Coca-Cola!

A indispensável passa de uva

Para minha surpresa, encontrei um vinhedo inteiro de passas nas leituras: os exportadores de Málaga e de Corinto fizeram bem a sua publicidade! Cayce considera a passa de uva como um *must*.

Primeiro, contra a prisão de ventre:

Utilize as passas de uva, variando as receitas e a apresentação. Sob todas as formas são excelentes, e fazem parte dos alimentos necessários à manutenção das vossas forças físicas. (Leitura 1446-3)

Deveria fazer-se saber — e até clamar muito alto — que é a arma absoluta contra a obesidade (459-11, 480-13, 3314-1, 1188-10, etc.). Será por isso que se chamavam antigamente "uvas de Quaresma" às de Corinto?

Se adicionasse passas de uva, isso ajudaria o efeito revitalizante dos ajustamentos osteopáticos prescritos. (Leitura 1183-2)

Em suma, é a uva que faz passar o cuscuz... Cayce, que tem uma queda pelas amêndoas, como veremos mais à frente, considera que as passas são tão interessantes como estas em caso de prisão de ventre devida ao stress:

As passas deveriam ser tomadas exatamente como as amêndoas. (Leitura 1158-21)

Recordamos as leituras onde Cayce afirma que podemos proteger-nos do cancro comendo duas ou três amêndoas por dia. Para ele, portanto, a passa de uva é primeiro um medicamento, do qual se deveria consumir duas ou três colheres diariamente.

A passa de uva em todos os seus estados! Coma algumas todos os dias! (Leitura 2479-1)

No entanto, há naturezas contestatárias:

ACREDITA QUE OS AÇÚCARES NATURAIS COMO A PASSA DE UVA SÃO MAUS? — Oh, pode de qualquer modo come-los, mas com moderação e logo de manhã. (Leitura 1377-3)

Paz às maçãs de boa vontade...

Nem todas o são: há maçãs explosivas, cuja santa padroeira é aquela que Eva terá consumido no paraíso terrestre — mas estamos cada vez menos seguros de que se tenha tratado da espécie "maçã". Como isso se passava no Cáucaso ou no Curdistão, talvez fosse uma romã? Em todo o caso, uma bomba-relógio!

A macieira *Malus pumila* parece originária do Cáucaso e de Altai — ou ainda da Sibéria. De qualquer forma, Cayce falou muito dela, pela simples razão de que é um fruto muito popular nos Estados Unidos, um dos mais consumidos. Encontrei na costa leste um sumo de maçãs espremidas, intitulado *cider*, que era razoável (embora não tendo nada a ver com o que chamamos "sidra"). Muitas famílias fazem-no elas próprias. Nesse país resolutamente decidido a comer mal antes do que pecar por gulodice (o puritanismo obriga), é bastante raro encontrar um produto local agradável e saudável. Exceção que vale a pena assinalar!

Bem entendido, quando Cayce fala de "maçãs", nada tem a ver com as bolas de ténis fofas intituladas "golden", que grassam nos nossos mercados. Estas

imitações recordam apenas de muito longe a maçã livre e orgulhosa do nosso pomar. Se pensarmos que a palavra "pomada" designa na origem um bálsamo à base de polpa de maçãs, medimos a sua importância médica na nossa tradição. Mas se não tem relações pessoais com uma macieira, então francamente, salte este parágrafo. Cayce, claro, falava apenas de maçãs "bio", visto ter morrido em 1945. Mas é preciso saber que ele não era "pró-maçãs" a todo o custo:

QUAL DEVERIA SER O MEU REGIME? — pergunta um senhor preocupado com a dietética porque sofria de uma úlcera no estômago. — Um regime bem equilibrado, em função do que o seu organismo pode assimilar. Nos estados de grande ansiedade, de stress, evite as maçãs cruas e outros frutos crus, que produziriam então acidez. (Leitura 1724-1)

A alguém mais:

DEVO ELIMINAR AS MAÇÃS E A SIDRA? — No que diz respeito às maçãs, e já o dissemos muitas vezes, não é o que há de melhor para muita gente. No entanto, há casos em que o doente deve fazer uma cura de maçãs — portanto não comer nada além disso — como cura de eliminação, mas sob certas condições precisas. Para si, melhor será evitar. (Leitura 1206-8)

Não condenemos sem apelo a Maçã Reineta:

A cada refeição, exceto ao pequeno-almoço, coma uma maçã, cozinhada ou crua — com a condição expressa de que esteja bem madura. Nada de maçãs verdes, nem de maçãs armazenadas há demasiado tempo! (Leitura 913-1)

As maçãs cozinhadas são menos agressivas:

Atenção às maçãs, sob qualquer forma — a menos que sejam cozinhadas! (Leitura 2261-1)

Ou ainda, para um bebé de dois anos:

As maçãs deverão ser comidas cozinhadas, mas nunca, nunca cruas. (Leitura 3109-1)

A prescrição é repetida e re-repetida por Cayce em casos de prisão de ventre, epilepsia, nefrite, asma, tuberculose, anemia, malária, colite, problemas sanguíneos, gripes e desequilíbrio glandular. Cayce diz:

Coma todos os frutos que quiser, EXCETO maçãs! A menos que sejam cozinhadas, como deveriam ser sempre. E de preferência assadas, temperadas com manteiga ou um molho, e com canela e especiarias. (Leitura 935-1)

Nem por isso "tola", a pera!

Mais ainda do que o pêssego, uma mina de ferro! Mas atenção, pode tornar-se devastadora. Eis um estômago sensível ao qual Cayce dizia:

Abstenha-se de doces e de peras cruas. Em lata, cairão melhor. (Leitura 3466-1)

Sempre uma linha de prudência:

Peras? Moderadamente, e apenas na época! (Leitura 509-2)

Certos doentes só as suportam cozinhadas:

De manhã, ocasionalmente, coma frutas cozinhadas; nunca frutas cruas à noite. (Leitura 1225-1)

Todas as carências de ferro, particularmente associadas a doenças do sangue, necessitam de curas de peras:

As frutas — as peras em particular — contêm ferro, o qual é indispensável ao sangue. (Leitura 4841-1, dada para um caso de malária)

Cayce sublinha que o ferro das peras é muito bom para as doenças do sistema nervoso. A pera é recomendada, de forma geral, nas doenças cardiovasculares. Ocasionalmente, Cayce dá um pequeno curso sobre a acidez e a alcalinidade (o pH) do meio digestivo:

A sua azia vem de uma carência de assimilação (...). Para si, as frutas são melhores que os cereais; e a pera, em particular. Não deve comer alimentos que provoquem acidez. Mas atenção! Há coisas que não são ácidas em si mesmas, mas tornam-se ao passarem pela boca! Normalmente, existem na garganta glândulas que produzem saliva, pepsina, ácido lático, para transformar os alimentos. Mas no seu caso, não há o suficiente. O que mastiga torna-se então acidez. Em resumo, há elementos que não são ácidos — e tornam-se na boca — e outros que são ácidos — e deixam de o ser quando mastiga! No organismo, a pera, que é ácida, liberta-se do seu ferro e perde a sua acidez. (Leitura 4834-1)

O Marmelo...

O seu pequeno nome latim, *Cotoneum*, evocando antes o têxtil, é um grande desconhecido, tanto entre nós como na América. Não parece ter sido muito comum na clientela de Cayce; apenas encontrei um caso (de eczema!) contra o qual o marmelo seja recomendado:

Em lata ou conserva, em quantidade muito pequena, para incluir no seu regime. (Leitura 1005-16)

Nenhuma menção à geleia de marmelo, nem à marmelada, nem ao licor, tão populares entre nós. Na realidade, o marmelo é um fruto para tudo: pode utilizar-se a sua polpa, mas também as suas sementes, flores e folhas...

O Ruibarbo: o efeito lavagem!

Embora se coma doce, em tarte ou compota, não é um fruto mas um talo. Na verdade, é um catártico violento. Cayce aconselha-o vivamente nos casos de prisão de ventre:

Se precisar de um laxante, que seja vegetal. E nem será necessário, se substituir cada dia pelo menos uma refeição por ruibarbo (a planta inteira). (Leitura 5592-1)

Cayce compara mesmo um prato de ruibarbo... a uma lavagem intestinal! (Leitura 1779-3)

Em outra passagem interessante (leitura 1885-1), Cayce recomenda especialmente o ruibarbo a um doente cujo fígado é preguiçoso e os rins funcionam lentamente.

Isso esclarece o provérbio: «Passe-me o ruibarbo, eu te passarei o sene.» Trata-se de dois laxantes! O nome latino do ruibarbo, Rheubarbarum, indica bastante que ele era, para os romanos, uma importação (tudo o que não vinha de sua terra sendo qualificado de bárbaro). Barbarismo dos mais úteis, numa época em que a constipação se torna a doença símbolo do civilizado atingido pela decadência. (Arriscamo-nos a ser invadidos por Bárbaros com intestinos limpos?)

Naturalmente, o ruibarbo é tão ácido ao gosto que só se consome cozido. E é assim que ele tem as preferências de Cayce, que o prefere até às maçãs:

Ao meio-dia: ruibarbo, ou qualquer fruta cozida, exceto maçãs. (Leitura 402-1, para um caso de malária)

No café da manhã, sucos de frutas cítricas e, quando quiser variar, alterne com frutas cozidas (...) como, por exemplo, o ruibarbo. (Leitura 908-1, dada para um caso de nefrite e de constipação)

Os frutos oleaginosos (nozes, amêndoas...)

Nesse tipo de frutos, é a amêndoa, o coração tenro que se come, uma vez quebrada a casca dura. A característica dessa família é conter óleos, daí o termo «oleaginoso» (oléa, o óleo em latim). O amendoim, fruto do amendoimzeiro, o coco, do qual se extrai o copra, a castanha de caju, a noz-pecã, o pistache, a semente de girassol, etc., pertencem a essa família que as leituras chamam de nuts: as nozes, no sentido… familiar! do termo.

Categoria alimentar das mais importantes, sobre a qual Cayce multiplicou as informações, ela aparece em um número respeitável de leituras.

Embora as espécies botânicas sejam diferentes de um lado e de outro do Atlântico (por exemplo, a noz da nogueira de lá não tem a mesma forma que a nossa), somos consumidores desses oleaginosos: nozes, avelãs e amêndoas são extremamente importantes em nossa tradição culinária – assim como o pinhão e o pistache ao redor do Mediterrâneo. Nossa experiência colonial dos três últimos séculos nos ensinou a conhecer e a utilizar correntemente as nozes exóticas mencionadas acima – e muitas outras ainda, como, por exemplo, o argan do Marrocos, do qual se extrai um óleo apreciado pelos conhecedores.

Mais uma vez, não perder de vista que, se Cayce recomenda certos desses frutos a seus visitantes, é porque eles crescem localmente; por exemplo, o amendoim na Virgínia, o coco no Caribe e na Flórida, etc.

Não temos de modo algum os mesmos climas e, portanto, não os mesmos frutos (cultivamos de forma permanente apenas aqueles das zonas ditas «oceânicas temperadas» e «mediterrâneas», bem como aqueles que puderam se aclimatar). Para tomar o exemplo do amendoim, fruto do amendoimzeiro – fruto tropical –, ele chega até nós apenas após uma longa viagem e quantos despojamentos...

Ele vendeu sua alma no caminho!

Os óleos: olé!

Os oleaginosos nos conduzem a uma questão absolutamente capital na cozinha: todo o sabor, a fineza, as características de uma tradição culinária vêm do tipo de gordura utilizada. O que diferencia a cozinha bretã da cozinha alsaciana, a cozinha provençal da cozinha do Périgord? A primeira recorre à manteiga, a segunda à banha (gordura de porco), a terceira ao azeite de oliva, e a última à gordura de ganso... Atualmente, cada uma dessas cozinhas ultrapassou amplamente seu quadro geográfico, e você encontrará tanto com que fazer um aioli na Bretanha quanto um chucrute no Midi. E cada um de nós, quer more em Maubeuge ou em Marselha, pode decidir refogar suas batatas na banha, na manteiga ou no azeite de oliva... Algumas regiões utilizavam o óleo de noz e até mesmo o óleo de avelã, muito finos ao gosto. O primeiro encontra-se em toda parte, e o segundo em certas regiões – a preços bem superiores aos do óleo de girassol ou de amendoim industriais, pois são óleos de fabricação artesanal; mas são bem melhores para a saúde do que a margarina (100% pura m...!).

Quanto ao azeite de oliva, glória do Midi, ele vem de um fruto que não é propriamente uma noz, já que a polpa consumida está no exterior do fruto (como a cereja ou a ameixa).

Como meus leitores sabem, Edgar Cayce lhe atribui absolutamente todas as virtudes! (Uma sorte para nós que a produzimos!) Ele o recomenda nos casos de anemia (leituras 3842-1, 667-1, 5604-1, 632-6, 626-1, etc.), para todas as idades e todos os tipos de desmineralização, descalcificação, convalescença após um choque operatório (leitura 137-85), deterioração do estômago (leitura 667-1), azias (leitura 482-2), epilepsia (leituras 543-26, 567-7), constipação (leituras 484-1, 843-1, 846-1, etc.), tuberculose (leitura 4874-3), e até mesmo o considera como um medicamento essencial em caso de cancro (leituras 275-45, 583-8). Acrescentemos que ele prescreve muito particularmente o azeite de oliva aos doentes do sistema cardiovascular (leituras 3842-1, 137-85, 484-1, 5604-1).

É dizer que já não compro minha garrafa de «azeite de oliva puro, virgem, primeira prensagem a frio» senão com um respeito infinito! Que o consumo tanto em massagens quanto em saladas (regando todos os pratos de legumes, crus ou cozidos, à italiana!) Importante: o azeite de oliva – e os outros – nunca deve ser cozido. Ele se transforma imediatamente em veneno. Tente cozinhar em água, acrescentando-o apenas no último minuto, quando o prato for retirado do fogo. Todos os dietistas estão de acordo quanto a isso, na sequência de Cayce:

Vocês podem consumir óleos, mas jamais transformados em gordura queimada. Os óleos vegetais, empregados como molhos, contribuem para uma lubrificação do sistema digestivo. Muito mais eficazes do que as fortes doses são as pequenas doses, tomadas frequentemente. Mas atenção! Não ultrapassem globalmente a dose que seu organismo pode assimilar! Nessa condição, os óleos vegetais agem como um estimulante dos sucos gástricos, sem provocar excessos, favorecendo assim as funções digestivas. (Leitura 2371-1)

Em outra leitura, Cayce explica como se pode utilizar um óleo vegetal como medicamento. Trata-se ainda aqui do azeite de oliva (mas agir-se-ia do mesmo modo para o óleo de noz, de avelã, etc.):

Em regra geral, tomem apenas a quantidade de azeite de oliva que seu organismo estiver disposto a assimilar. Comecem com pequenas doses, e não tomem uma colher de sopa de uma só vez. Tomem apenas a metade ou o quarto, e isso a cada duas ou três horas. E nunca à noite. Mas esforcem-se por perseverar. (Leitura 667-1)

Trata-se aqui de uma jovem de dezanove anos, completamente anêmica, magra como um cuco, cuja contagem globular está muito abaixo da taxa normal;

ela não consegue digerir nada e seu desequilíbrio endócrino é preocupante. Cayce é tão otimista quanto a esse tratamento com azeite de oliva que, ao final, conclui:

Vocês recuperarão seu peso normal e tudo irá muito bem – se perseverarem com paciência e fidelidade, e se souberem apreciar sua saúde recuperada. (Leitura 667-1)

Cayce diz, no texto, «enjoy well being». É um de seus grandes princípios: o dever absoluto de ser alegre: «Be joyous.» Em outras palavras, saibam apreciar tudo o que recebem de bom: a saúde, a beleza, os talentos, o amor, os amigos, o trabalho, as férias... Lembro-me de uma mensagem de Findhorn, recebida por Eileen Caddy, explicando que, se não agradecemos pelo que nos é dado de bom, esses presentes do Céu nos são retirados. A mensagem fazia referência a um caso concreto: uma jovem desempregada, com filhos a cargo, que havia recebido uma moradia sob a forma de uma caravana bastante confortável. O que, para ela, era uma chance inesperada. Passada a alegria do momento, ela começara a resmungar e a encontrar todos os defeitos em sua instalação «provisória». A consequência lógica dessa amargura levou à perda da caravana, não sei mais exatamente como. Não é por acaso que Dante coloca muito abaixo no Inferno os condenados que se tornaram culpados do pecado de acídia (amargura)!

E já que o princípio homeopático de curar o semelhante pelo semelhante deu provas, é preciso crer que a amargura do azeite de oliva permite evacuar a amargura espiritual: pelas vias digestivas! A alegria vegetal, a alegria cósmica, captada pela planta, transmite-se àquele que a consome. É o significado da cor amarela do óleo, sendo o amarelo símbolo da alegria e do bom emprego da adrenalina fabricada pelas suprarrenais. Quando se sabe que o cancro é a expressão somática de emoções negativas que não puderam se expressar, já não se surpreende com a seguinte prescrição:

Seria bom para você tomar pequenas quantidades de azeite de oliva, à tarde: a metade de uma pequena colher, a cada duas horas, a partir das quatorze horas e até vinte ou vinte e uma horas, à noite, está vendo? (Leitura dada a uma mulher de quarenta e dois anos, em estágio pré-canceroso)

Isso significa claramente que o azeite de oliva pode contribuir para prevenir o cancro – e até mesmo detê-lo, se estiver em seus primórdios!

Quanto aos outros óleos, vamos vê-los ao mesmo tempo que o fruto do qual são extraídos.

Nozes e avelãs: um must absoluto contra o cancro!

Por que Cayce falou tanto delas? Porque esses frutos são como pequenas «bombas», carregadas até a borda dos oligoelementos de que mais necessitamos.

Seus óleos têm uma ação extraordinariamente poderosa, agem como espécies de catalisadores sobre nossas reações bioquímicas. Pode-se vê-los também como o lubrificante que coordena as engrenagens de nossos mecanismos, ou como a corrente elétrica cujo impulso faz a máquina arrancar.

Tomem alimentos que permitam uma assimilação rápida do ferro, da sílica e de outros oligoelementos: as nozes! Elas deveriam ocupar um lugar de destaque em seus cardápios habituais, e os ajudarão mais tarde, quando tiverem necessidade, em suas atividades futuras, de desenvolver suas energias, sejam mentais, sejam físicas. (Leitura 480-19)

Estudantes de todos os países, uni-vos na defesa da noz... Não é por acaso que os miolos de noz se assemelham aos dois hemisférios do cérebro: a tradição cuida dessas afinidades com nossa energia mental. Considera-se a noz como o alimento privilegiado dos intelectuais – e Cayce concorda. Os oligoelementos contidos na noz não são apenas o ferro e a sílica, mas também o ouro e o fósforo (que permite «fosforar» as ideias... que valem ouro!)

Vocês terão necessidade de uma alimentação rica em ferro, em iodo e em fósforo. Eis por que seria bom fazer, de vez em quando, uma refeição inteiramente composta de frutos oleaginosos, do tipo nozes. Isso estimularia em vocês as fermentações necessárias no estômago, onde se ativam os sucos gástricos, e no duodeno; de tal modo que os ácidos lácticos assim produzidos no curso do processo de assimilação dos alimentos sejam inteiramente transformados; que os cloridratos que se formam em seu sistema digestivo – e que são necessários (...) – contribuam para rejeitar os resíduos. Estes, carregados pela corrente sanguínea, acumulam-se em seu organismo, particularmente na extremidade de seus membros. (Leitura 951-1)

A doente, uma adolescente de dezoito anos, estava acometida de elefantíase, artritismo, distúrbios endócrinos e distúrbios nervosos. Tão jovem, e já com tantas misérias... Teria ela se empanturrado de guloseimas, de bolinhos chamados do-nuts e de hot-dogs? Na época – 1932 –, os «faste foudes» ainda não haviam feito proliferar os monstros, mas já se comia muito mal na América... Em todo caso, eu me empanturro de nozes frescas de Corrèze enquanto escrevo este livro! O caso seguinte é um cancro: uma jovem a quem Cayce dissera que o abuso de carnes (ver mais adiante o capítulo que lhes é consagrado) era em parte responsável por seu tumor. Ela pergunta então qual regime poderia sanear esse terreno «viciado»:

O QUE DEVO COMER PARA CURAR-ME?

– Um regime vegetariano. Quanto aos frutos, os da família Noz, apenas em pequenas quantidades. E absolutamente nenhuma carne. (Leitura 569-16)

Eis ainda um outro caso de cancro, com uma prescrição semelhante:

HÁ ALIMENTOS QUE EU DEVA EVITAR? E O QUE COMER EM SEU LUGAR?

– Antes um regime vegetariano, compreendendo muitos frutos. As matérias gordas apenas provenientes de oleaginosos da família Noz, e especialmente as castanhas de caju, as amêndoas, as avelãs, etc. (Leitura 1000-11)

Nos livros On peut guérir le cancer e J'ai guéri mon cancer, as autoras, Simonne Brousse no primeiro e Monique Couderc no segundo, haviam falado longamente do efeito benéfico do vegetarianismo para desintoxicar um terreno canceroso (Monique Couderc o havia inclusive vivido pessoalmente, como relata). Parece que há, na origem da maioria dos cancros, um consumo excessivo de carnes e de açúcares. E a dieta que Monique Couderc se impusera para curar seu cancro baseava-se num princípio: nem gorduras animais, nem doces.

E um terceiro caso de tumor, desta vez não canceroso, isto é, um fibroma, que um consumo regular de nozes acabará por eliminar (estas contendo enormemente magnésio, inimigo dos tumores):

Seu regime deve ser, em certos momentos, reconstituinte. Nada de carnes. Apenas um pouco de aves e de peixe. Sobretudo frutos da família Noz. Estes ajudarão a eliminação dos venenos e reconstituirão seu corpo. Eles o trarão quase ao seu estado normal.

ESSA INCHAÇÃO NO MEU SEIO É CANCEROSA? pergunta a Cayce a doente, uma mulher de quarenta e quatro anos, muito inquieta.

– Não, é um tumor não canceroso.

PODE SER ELIMINADA SEM OPERAÇÃO?

– Sim. Pode ser eliminada sem operação (...)[112], se você se aplicar a seguir a prescrição. Seu estado sanguíneo será melhorado, se você lutar contra a constipação. Sua circulação sanguínea trabalhará para reabsorver o tumor e rejeitar seus resíduos para fora do organismo. (Leitura 683-3)

Mas atenção. Esse medicamento milagroso só funciona sob certas condições. Primeiramente, as nozes, avelãs e outros frutos do mesmo tipo devem absolutamente – é a regra geral para frutas e legumes – provir do país onde você vive:

Consumam toda espécie de nozes e frutos da mesma família, mas mais particularmente aqueles que crescem em seu terroir. (Leitura 1 771-3)

Cayce retoma, portanto, essa noção tão importante de «terroir», esse conjunto de vibrações vegetais, minerais, animais, esse ambiente local bem preciso. (Como diz meu filho Gil: «Eu que sou um verdadeiro parisiense de Paris, se eu aderir à Frente de Libertação do VIº arrondissement independente, será preciso que eu coma unicamente o que cresce entre o boulevard do Montparnasse e o Sena? As maçãs do square Saint-Germain-des-Prés? Ou os caracóis do Jardim do Luxemburgo? No limite, o que se colhe nas plantações coloniais do Quartier Latin, províncias reputadas estrangeiras... Mas fora o que vem do Ultramar, isto é, da Margem Direita!»)

A leitura 2072-2 repete ainda:

Sim, comam nozes na estação, e mais especialmente avelãs e amêndoas. Em outras palavras, não as conservem por muito tempo após a estação.

Em segundo lugar, não misturar nozes e avelãs com qualquer coisa. Uma espécie de concorrência desleal estabelece-se entre a carne e as nozes – dois tipos de proteínas que não se entendem no terreno. Atenção às saladas em que se misturam nozes, endívias, presunto; ou ainda à «salada verde com nozes e torresmos»! Não tomar tampouco, na mesma refeição, nozes e carne; é um ou outro:

Os frutos do tipo Noz são bons, mas não devem ser comidos ao mesmo tempo que as carnes. Substituam antes estas por aqueles! (Leitura 1151-2)

Como muitas proteínas, a família noz produz acidez no tubo digestivo (esta não deve ser absolutamente banida: é preciso apenas um equilíbrio entre a acidez e a alcalinidade, em outras palavras, os ácidos e as bases).

A um homem de quarenta anos que sofria de um desequilíbrio digestivo, foi dito:

Certamente, os alimentos que criam acidez devem ser tomados com moderação, isto é, se vocês tomam Nozes, isso produz açúcares no organismo. Atenção à maneira como eles reagem com os outros alimentos. (Leitura 5 567-1)

Enfim, é preciso saber bem que essa interessante família Noz não convém a todo mundo. Exemplo:

Não comam alimentos que produzam álcool. Não falamos apenas das combinações com bebidas alcoólicas, mas ainda mais dos alimentos que

fermentam no sistema digestivo, produzindo álcool: tal é o caso dos frutos da família das Nozes. (Leitura 1985-1)

Poucos frutos do gênero Noz, neste momento, porque fermentam facilmente no intestino. (Leitura 3395-4)

Nunca se deveria abusar dos açúcares, pois nozes, avelãs, etc., já contêm muitos; Cayce insiste frequentemente nisso:

Nada de excesso de doces. Se consumirem açúcares, que sejam açúcares naturais como se encontram nos frutos da família das Nozes. (Leitura 773-16)

Eis uma jovem de vinte e dois anos, que tem dor de dente:

DIGA-ME, ACHA QUE EU DEVO MANDAR ARRANCAR ESTE DENTE?

– Por enquanto, cuidados locais atentos são suficientes; mas seria preciso muito mais cálcio em sua alimentação e vocês o encontrariam, é claro, nas amêndoas e nas avelãs. (Leitura 480-13)

A melhor garantia contra os tumores: duas amêndoas por dia

Você já tentou? Pessoalmente, eu me esforço como posso (e seja qual for o país!) para comer duas ou três amêndoas por dia para evitá-lo, esse cancro. Por enquanto, vou bem, obrigado – o truque funcionou! A dificuldade é encontrar amêndoas «na estação», como diz Cayce; são os «amandões» verdes que se encontram em nossos mercados na primavera e no verão. Eles não se conservam por muito tempo. Depois da estação, é preciso encontrar amêndoas sob outra forma: tostadas, secas, em lata, em saquinho, em conserva, em purê de amêndoas, em torrão tipo Jijon, em nougat. Duvido um pouco de sua eficácia, quando as amêndoas passam por tantas operações (descascamento, lavagem, cozimento, molho... em diferentes substâncias químicas), que a gente se pergunta o que realmente resta... No entanto, há no Midi uma quantidade de artesãos que fabricam esses produtos segundo receitas tradicionais e, muito frequentemente, de excelente qualidade bio.

As amêndoas são especialmente boas para vocês. E se vocês tomarem uma amêndoa por dia, regularmente, vocês nunca mais terão tumores ou proliferação de tecidos desse gênero. Uma amêndoa por dia os põe a salvo do doutor (e de certos tipos de doutores mais especialmente), muito melhor do que as maçãs. Pois lembrem-se de que a maçã era o outono, mas não a amêndoa. O amendoeiro floresce quando todo o resto da vegetação ainda está morto. Isso, sim, é a vida! (Leitura 3180-3)

Cayce faz alusão ao dito conhecido em inglês: «An apple a day takes the doctor away» («Uma maçã por dia afasta o doutor»). Ele voltará várias vezes a isso para dizer que isso só é verdade uma vez em duas (portanto, seria preciso comer apenas meia maçã?); que não se pode confiar: a maçã não seria assim tão boa pera! Mas a amêndoa, sim!

Uma amêndoa vale, portanto, uma maçã. Mas a dose varia de uma leitura a outra, conforme os doentes. Ora Cayce fala de uma amêndoa, ora de duas ou três (tendo sempre tendência a exagerar um pouco, optei por três, para ganhar uma tranquilidade de espírito absoluta em relação ao cancro):

Comam uma amêndoa por dia – uma amêndoa. E seu corpo nunca mais terá recaída, ressurgimento dessa doença. (Leitura 3515-1, a uma doente de cinquenta e seis anos cujo cancro Cayce havia tratado eficazmente)

Na leitura 1206-13, uma senhora pergunta como melhorar a feia pele do rosto e das costas, assim como seus cabelos (devia ser uma verdadeira fada Carabosse!). Cayce lhe responde para tomar, por toda a vida, duas amêndoas por dia. Assim, ela terá uma pele bonita e, além disso, evitará o cancro!

A alguém estressado, Cayce diz:

Que deve tomar duas ou três vezes por semana amêndoas entre as refeições – e dez de uma vez só! (Leitura 1158-21)

A uma mulher muito anêmica, ele aconselha:

Tomar meia libra de amêndoas à tarde, no meio da tarde – e somente amêndoas – está vendo? (Leitura 954-2)

Cidadãos, aos seus amendoeiros!
E se for preciso subir no coqueiro?

O coco, a gente acharia que não faz mal; ora, parece que faz! A uma jovem vítima de crises de epilepsia, que perguntava a Cayce:

POSSO COMER FREQUENTEMENTE COCO?, ele responde secamente:

– Nunca. Nem, aliás, nenhum fruto do tipo Noz. Nem bananas nem maçãs também! (Leitura 543-7)

Duro, duro! Em outra leitura, a 710-1, Cayce repete: Nada de coco. Isso quer dizer que o coqueiro deva ser banido dos cardápios? Não. Cayce quer apenas chamar a atenção para o fato de que é um fruto muito gorduroso. Sem o coco, um quarto da população terrestre morreria de fome. Ele é, com a banana, o fruto de base da alimentação no Caribe. Ora, os doentes de Cayce raramente vêm desses

cantos. São, em geral, pessoas já empanturradas de gorduras e de doces, que não contam com seu coco para viver. Cayce lhes desaconselha formalmente, já que não é um fruto do seu terroir. E, além disso, o coco exportado já não é mais do que a sombra do verdadeiro coco que se come nas Antilhas. A «Coco connection» é quase tão perigosa quanto a outra...

Os amendoins

Cayce lhes atribui muitas virtudes, em particular ao óleo de amendoim (extraído do amendoim), que entra na composição de um grande número de fórmulas de beleza e de saúde, que meus leitores já conhecem, graças a Edgar Cayce, receitas de beleza e de saúde (eficácia soberana do óleo de amendoim, em massagem semanal, contra o artritismo!).

O que nos interessa aqui é o consumo desse óleo por via interna, e do próprio amendoim. Curiosamente, Cayce estima que:

A manteiga de amendoim será bem melhor para vocês (do que o fruto) (...), com a condição de não tomar muito frequentemente. (Leitura 1747-6)

Os amendoins serão muito bons para vocês, mas a manteiga de amendoim é especialmente indicada para vocês! (Leitura 984-3)

Ainda é preciso encontrar uma que seja «bio». O que é difícil na Europa. Mesmo para o óleo. Embora recomendado por Cayce a seus concidadãos, ele não é o que há de melhor para nós, pois chega desnaturado ao nosso terroir. No entanto, mesmo excelente, ele não convém a todo mundo:

Vocês deveriam também consumir por via interna, uma vez por dia, uma colher de chá de óleo de amendoim. Engulam-no em golinhos muito pequenos, bem saboreados, logo antes de se deitar! (Leitura 5334-1)

O ÓLEO DE AMENDOIM É BOM PARA MIM, PARA CONSUMIR?

– Não é bom sozinho. É preciso que você o tome misturado ao azeite de oliva, ou alternadamente; então isso será bom! (Leitura 1688-8)

Aqui, a cliente sofria de constipação. E contra esta última, o verdadeiro remédio é evidentemente o azeite de oliva. Essas pobres donas de casa, que só compram óleo de amendoim industrial no supermercado – porque é o mais barato – certamente não contribuem para a saúde de suas queridas cabecinhas loiras... Pior ainda, os óleos ditos aligeirados ou light – tão aligeirados que já não são mais do que vento: mereceriam ser chamados «alísios» ou «vento corrente»...

Das leituras caycianas tira-se a impressão de que os óleos vegetais podem ser a melhor ou a pior das coisas, conforme o caso. Seria preciso estar muito mais atento à qualidade do óleo que se põe na saladeira!

Em todo caso, nada de óleo de amendoim em todos os molhos: o envenenamento diário é tanto mais eficaz quanto é sorrateiro! Parece também que a mistura entre os óleos e a carne não é muito boa (mas não vão também substituí-los por manteiga cozida!):

Tenham cuidado em manter o equilíbrio entre a acidez e a alcalinidade em seu sistema digestivo. Em particular, vocês deveriam todos os dias, em ao menos um momento do dia, consumir óleo extraído das Nozes e frutos da mesma família. Isso seria bom para vocês – bem melhor do que a carne! (Leitura 5557-1)

E para um caso de úlcera (de variedade não especificada), Cayce prescreve:

De manhã: muito óleo dos oleaginosos da família das Nozes. Ele será bem assimilado. (Leitura 5641-2)

Nos mercados de interior – penso na Savoie, na Corrèze, na Dordogne, etc., ou ainda no mercado de Lausanne, na Suíça – encontram-se produtores agrícolas que vendem seu próprio óleo de noz ou de avelã. Aliás, com um moinho, pode-se fabricá-lo por si mesmo. Esses óleos – como os de oliva de boa qualidade – são caros, é verdade. Mas pode-se adquirir o hábito de não os desperdiçar em frituras indigestas. Os alimentos de qualidade bio são econômicos: se você já experimentou, pôde constatar que são muito mais nutritivos: fica-se saciado com quantidades bem menores!

Sucos de frutas e curas de frutas – Isso vale realmente o suco...

Consumir o fruto inteiro não é exatamente a mesma coisa que consumir o suco extraído da polpa: numerosos são os casos em que Cayce prescreveu unicamente este ao seu doente; é preciso dizer que as leituras sobre isso... correm a jorros! Quando eu estava em Versalhes, uma marca suíça de robôs domésticos me pediu que eu escrevesse um livro de receitas para centrífuga «doméstica». Durante um mês, descasquei frutas e legumes pelo prazer de vê-los se transformar em líquidos dourados no segundo em que eu apertava o botão. Era mágico! As crianças e eu experimentamos todas as misturas, todas as cores e todas as variedades comestíveis da França e dos trópicos. Para minha grande surpresa, esse regime nos colocou numa forma física extraordinária, tônus e magreza. (Eu me pergunto por que não recomeço mais frequentemente!) E como eu achava uma pena jogar fora a polpa uma vez prensada, eu a transformava em pasta de frutas, em compotas, em geleias... em tudo! Se fossem legumes, eu fazia uma maionese

acrescentando uma gema de ovo e azeite de oliva. No gênero cozido, isso podia também virar uma sopa, um purê (até mesmo a ração do cachorro ou a das galinhas – que adoravam isso!). Meu livro de receitas agradou muito ao fabricante: ele cheirava a vivido... E, no plano da saúde, isso valia o suco!

Eis agora algumas leituras: a doente n.º 5431-4 coçava-se por todo o lado, dia e noite. A família, exasperada, perguntava-se o que causaria esse prurido, isto é, essas horríveis comichões. Pequenos bichos (que vergonha!)?

TEM PARASITAS À SUPERFÍCIE DA PELE?

– Trata-se muito mais de perturbações internas, que produzem essas dores à superfície da pele, vê?

(Suspiros de alívio da família!)

Começaríamos por evitar as gorduras, os óleos e a maior parte das féculas. Em contrapartida, o que restabeleceria o equilíbrio seriam os sumos de frutas (...), que queimarão os resíduos acumulados no organismo. (Leitura 5431-4)

Noutro caso, é um homem que sofre de fermentações intestinais:

Procure, através do regime alimentar, eliminar pouco a pouco esses gases do sistema digestivo. Gases que se formam quando os movimentos peristálticos do intestino se tornam ineficazes. Eis por que deveria consumir sumos de frutas sem qualquer tempero além dos seus sais naturais. (Leitura 1127-1)

Em vários casos de fadiga, de quebra geral de vitalidade, Cayce recomenda:

Beba muitos sumos de frutas – mais durante o dia do que ao pequeno-almoço. (Leitura 1306-1)

E lá vai o pequeno-almoço inglês levar mais um golpe...

Cayce repetiu incansavelmente que não se devem tomar sumos de citrinos e cereais com leite no mesmo dia (leitura 528-11); que a combinação de féculas e sumos de citrinos é um verdadeiro desastre, pois provoca uma hiperacidez no tubo digestivo (leitura 1197-1); na leitura acima, chega mesmo a desaconselhar o sumo de frutas de manhã!

Eis ainda uma doente cujo

fígado, rins e toda a circulação hepática estão tão congestionados que isso fará subir a febre. Daí a urgência de lhe dar um regime que favoreça a alcalinidade, como sumos de frutas de toda a espécie. Que os tome em grande quantidade, mas em pequenas porções de cada vez. (Leitura 1409-4)

Ao longo das leituras anteriores, pôde ver-se que, para Cayce, o pior erro dietético era a má combinação. Certas frutas não devem ser misturadas com outras, nem sobretudo com outros tipos de alimentos. Mas penso que, quando se faz uma cura de sumos de frutas – e apenas de sumos de frutas – (ou mesmo de frutas e legumes), podem misturar-se entre si sem riscos, desde que se utilizem muitas espécies diferentes. Na experiência que relatei acima, ainda não conhecia Cayce e misturei alegremente todas as frutas disponíveis. Ora, não constatei qualquer mal-estar, qualquer problema de saúde (bem pelo contrário). Penso, portanto, que se podem misturar as frutas – com a condição de beber apenas esses sumos misturados durante o tempo da cura: as propriedades terapêuticas de uns e de outros complementam-se de tal modo que esse «cocktail de vitaminas» natural apaga as incompatibilidades.

No entanto, Cayce tem algumas preferências. Por exemplo, a célebre cura de três dias de maçãs. A maçã passa, aliás, melhor em cura (quando nada mais se come) do que acompanhando certos alimentos. Pode substituir-se uma refeição por um sumo de maçã, de vez em quando, como neste caso:

Sobretudo, beba sumo de maçã que lhe devolverá a saúde. (Leitura 288-22, a uma jovem hepática de vinte e três anos – mais uma vítima da obstipação!)

É certo que o sumo isolado passa melhor.

O Martírio do obeso: acabou-se com o sumo de uva!

A nossa latada nacional tem aqui o papel principal. Que sorte para nós! Todos os outonos faço uma cura de sumo de uva – com total satisfação. Substitui-se uma refeição por vários copos de Chasselas *(casta)* dourado (hummm..., é o mais doce!), sem tomar mais nada: resultados convincentes. Cayce prescreveu-o para... praticamente tudo! É incrível! Mas o que mais impressiona é o número de vezes que prescreve o sumo de uva como arma absoluta contra a obesidade (leituras 457-8, 1183-2, 1657-2, 2514-11, 2514-15, 2084-11, 1589-1, 1224-6, 1170-3, 1151-19, 1100-17, 1540-1, 1339-1, 1309-3, 2988-3, 1431-2, 1309-2, etc.):

POR QUE DEVERIA BEBER SUMO DE UVA?

– Para encontrar nele os açúcares de que necessita, sem engordar ainda mais!

– TERÁ ISSO REALMENTE EFEITO SOBRE O MEU PESO? pergunta a doente, cética.

– Se não fosse eficaz, não lhe teria sido recomendado! (Leitura 457-8)

E pronto! As prescrições de sumo de uva contra a obesidade são dadas a pessoas de todas as idades e de ambos os sexos! Há dez anos, estando na América,

pude constatar que um ser humano em cada três era um monstro, espécie de paquiderme de carnes a escorrer[114]. Hoje, a doença progride também entre nós, e as ruas de Paris começam a exibir essas massas humanas. Antigamente, eram apenas turistas americanos. Agora, o mal começa a atingir os parisienses!

Depressa, recorramos ao remédio que temos à mão:

Se tomar sumo de uva à noite, ou mesmo pouco antes da refeição da noite, verá que não só é um reconstituinte para o sangue – como também um emagrecedor. (Leitura 1183-2)

Tenha cuidado em não se tornar obesa. Isso poderia agravar os problemas de saúde. Para evitar tal, beba sumo de uva quatro vezes por dia, pelo menos quatro dias por semana: pode diluí-lo em água, na proporção de um copo de sumo de uva para um copo e meio de água pura (sobretudo não gaseificada); e isto cerca de meia hora antes de cada refeição e antes de se deitar. Isso normalizará o nível de açúcar no organismo, favorecendo o trabalho de eliminação dos rins. (Leitura 2514-11)

Recorde-se que Cayce desaprova totalmente as bebidas gaseificadas: «No carbonated water», repete de leitura em leitura, longe de as considerar «digestivas»! Por outro lado, a cura de sumo de uva será mais eficaz com uvas frescas, esmagadas imediatamente antes de beber o sumo. Se já não for época, escolha um sumo produzido segundo critérios biológicos (caderno de encargos da associação Nature et Progrès, por exemplo). Cayce insiste muito que se beba sumo de uva absolutamente sem conservantes nem corantes. Indica uma marca americana que, na época, produzia sumos sem benzoato de sódio (o conservante então utilizado, em 1937) (leitura 470-19). Encontram-se facilmente sumos «bio» no comércio, produzidos por viticultores franceses, com grande variedade de sabores conforme os terroirs. Podem também fazê-los e congelá-los (mas as conservas, quaisquer que sejam, perdem rapidamente a energia vital).

Ainda um diálogo elucidativo, dado para uma senhora idosa de setenta e quatro anos (nessa idade, as probabilidades de cura são, no entanto, menores do que aos vinte!):

DEVO FAZER A CURA DE SUMO DE UVA? SE SIM, COM QUE FREQUÊNCIA? pergunta a senhora (pouco entusiasmada...)

– Dois copos diluídos com um copo de água natural, quatro vezes por dia – meia hora antes de cada refeição e ao deitar. É a forma correta de o tomar.

– ACHA QUE DEVO EMAGRECER? SE SIM, QUANTO? E COMO?

– O sumo de uva diminuirá a necessidade de se empanturrar de doces, o que fará regressar o nível de açúcar no organismo a um valor normal.

– DEVO PROCEDER DE OUTRA FORMA PARA ACELERAR OS RESULTADOS?

– É sobretudo necessário ser perseverante e disciplinada. Então verá os resultados! Tudo isto é um trabalho de desenvolvimento pessoal. Não se trata de correr, mas de dar ao corpo o tempo de pôr em prática os seus próprios mecanismos de cura. (Leitura 1224-6)

Admire-se o otimismo de Cayce, que considera que mesmo aos setenta e quatro anos não se deve deixar de trabalhar no próprio desenvolvimento pessoal (mental, espiritual, físico!).

A um obeso de quarenta e nove anos:

O QUE PRESCREVERIA PARA EMAGRECER?

– Beber sumo de uva antes das refeições, acrescentando água, na proporção de um terço de água e dois terços de sumo (ou um quarto para três quartos). Cerca de quatro a seis goles, aproximadamente meia hora antes das refeições.

– TRÊS VEZES POR DIA?

– Sim, três vezes por dia; antes de cada refeição e antes de se deitar! (Leitura 1151-19)

O sumo de uva não é sistematicamente diluído em água nas prescrições de Cayce. Isso só acontece quando está engarrafado. Quando é fresco, não há necessidade de o diluir. Que a obesidade contribui para destruir a saúde, Cayce recorda-o na leitura seguinte (a uma doente com tendência para engordar):

Gostaríamos que tomasse mais regularmente o sumo de uva, respeitando a prescrição que lhe foi dada. Não é que esteja demasiado gorda – mas não deveria tornar-se: isso impediria a cura do coração, dos pulmões, do fígado, dos rins... (Leitura 1100-38)

Para os que têm «apetite desmedido», Cayce precisa:

Sumo de uva puro, não sumo fermentado... (Leitura 1339-1)

Na leitura 1589-1, acusa as bebidas fermentadas (portanto alcoólicas) de provocarem obesidade, ao mesmo título que os doces.

Ainda um pormenor interessante antes de encerrar o capítulo: Cayce faz questão de tranquilizar os doentes:

(como o sumo de uva) corta o apetite, isso levará a comer menos; não há motivo de preocupação, é normal! (Leitura 2084-11)

Neste último caso, a doente é uma rapariga de treze anos, que já não consegue parar de se empanturrar de doces (corporação que recrutou muito desde 1942, data da leitura – e isto apesar das restrições impostas pela guerra!).

Os indispensáveis sumos de citrinos

Atenção: sempre que se trate de conserva, Cayce desaconselha a mistura sumo de uva + sumo de limão (leitura 1593-1), e até a mistura sumo de limão ou de lima + sumo de toranja (leitura 1593-1). Fora isso, encontra todas as qualidades nos sumos dos diversos citrinos – em particular em doenças como a asma (leituras 5682-2, 861-1, 3046-2).

A segunda indicação diz respeito a casos de depressão, astenia, fraqueza generalizada, convalescença, queda de tensão, desmineralização (leituras 578-5, 1468-5, 501-2, 578-5, 418-2, 578-5, etc.).

Consoante o caso, Cayce prefere a laranja, o limão, a toranja ou a lima. Certas doenças serão melhoradas, senão curadas, por estes sumos de citrinos, como a epilepsia (leitura 2153-1), a cirrose do fígado (leitura 2092-1, com um sumo de toranja de manhã), sem esquecer numerosos casos de tuberculose. Finalmente, os casos de obesidade. Para muitos destes doentes, Cayce repete:

Seria melhor tomar o sumo, em vez do fruto inteiro com a polpa.
(Leitura 5672-1)

Naturalmente, Cayce recomenda os sumos de citrinos em curas de três dias – para tudo o que seja reumatismo, obstipação, obesidade, dores de garganta, gripes, constipações, amigdalites. Nesse caso, toma-se uma só espécie de sumo (escolher ou laranja ou limão ou toranja) – quanto se quiser ao longo do dia. Experimentei; corta o apetite, deixa de haver fome... sem que se morra de cansaço!

Há também a cura de sumos de frutas misturados, mas é necessário que sejam frescos e biológicos. Como já foi dito acima, constituem um benefício para a maioria das pessoas. Contudo, existem alergias, intolerâncias. Alguns doentes, como esta jovem em convalescença após uma peritonite, não devem tomá-los continuamente – mas apenas ocasionalmente:

Continuaríamos a dar-lhe de vez em quando uma mistura de sumo de laranja e de uva fresca.
(Leitura 852-8)

Cada leitor e leitora deverá determinar que tipo de citrino melhor lhe convém. Por exemplo, laranja simples, ou a mistura laranja-limão-toranja. São verdadeiramente casos particulares.

Procure "sentir" aquilo de que tem vontade, escute a voz do instinto... Se houver dúvidas, passe o pêndulo sobre um ou outro destes frutos. Pode estar-se "ligado à laranja" durante algum tempo e depois deixar de estar. Pode haver alergia à toranja, suportando-se bem o limão... Mas a grande questão da qualidade biológica do fruto fresco coloca-se hoje de forma aguda – quando quase não se colocava no tempo de Cayce. Depende da proveniência conforme os países (alguns tratam com produtos mais perigosos do que outros). Finalmente, atenção, como sempre, à relação cármica que se tem com o país de origem do fruto. Por exemplo, não compro qualquer produto ibérico: constatei que nada de espanhol me faz bem...! A explicação é simples: tenho horríveis recordações de uma vida anterior em Espanha! Mas para outras pessoas será exatamente o contrário...

Os sumos de que Cayce não falou

Não deixe de os consumir sob pretexto de que as leituras são omissas!

Cayce fala do sumo de pera (leitura 288-22) a uma jovem hepática, obstipada e asténica (tudo para agradar, essa!); do sumo de ananás (que recomenda vivamente mesmo em lata, leitura 738-2). Desaconselha formalmente misturá-lo com cereais (leitura 1073-1) e desaprova que se lhe acrescente açúcar:

De manhã, tome sumos de citrinos – incluindo sumo de ananás. Naturalmente, sem os adoçar!
(Leitura 831-1)

O "naturalmente" alude às múltiplas vezes em que repetiu:

Não acrescente açúcar à fruta, que já o contém!

O sumo de ameixa também aparece (leitura 1788-6), mas é preciso reconhecer que os restantes sumos de frutas são pouco mencionados. Groselha preta, groselha vermelha, framboesa, alperce, pêssego (o «néctar de pêssego»), cereja, arando, mirtilo... As leituras de Cayce parecem não os conhecer! Que isso não impeça de os beber!

2. Edgar Cayce e o vegetarianismo: a favor ou contra a carne?

Um "ismo" percebido negativamente

Houve um tempo em que todos os entusiasmos se declinavam em "ismo": comunismo, marxismo, culturismo, futurismo, vegetarianismo... Como diz Alain

Schifres, «Paris cultivou durante muito tempo o ismo. Dava-se bem sob o seu clima. Demasiado bem. Houve sobreprodução, e a cotação do ismo desmoronou-se».

Em várias leituras, Cayce declara guerra a todos os sistemas designados por qualquer-coisa-ismo, fanatismos que permitem a um punhado de iniciados desprezar os outros:

Pois Deus ama aqueles que O amam, qualquer que seja o rótulo, o culto, a seita ou o cisma em "ismo" a que pertençam!
(Leitura 3976-27)

É seguramente o lado antiquado da terminação "ismo" que mais prejudicou o vegetarianismo: foi assimilado ao voyeurismo, ao tabagismo, ao pauperismo, ao terrorismo... Ora, trata-se de uma forma de alimentação que sempre existiu, em todas as épocas e civilizações, sem levantar paixões. O pastor grego que vivia de azeitonas, alho e queijo era vegetariano sem o saber!

Entre os alimentos aconselhados – ou desaconselhados, conforme o caso – por Cayce, figura, portanto, a carne. Devo dizê-lo? No início, fiquei algo chocada por Cayce não preconizar o vegetarianismo. Depois refleti: sendo a sua filosofia a do equilíbrio, abstém-se de posições extremas. E é verdade que, quando se quer provar demasiado, acaba-se por desencorajar. Como dizia Talleyrand, o que é excessivo perde o significado: «Tudo o que é exagerado se torna insignificante». Não se podem fazer passar todas as mensagens ao mesmo tempo; qualquer educador o sabe!

Também encontrei vegetarianos fanáticos, de semblante tão pálido, que dava vontade de lhes oferecer um bife tártaro... Provavelmente não se deve pôr a carroça à frente dos bois: o vegetarianismo impor-se-á um dia por si mesmo (provavelmente sob outro nome!). Quando chegarmos a uma civilização mais respeitadora da Natureza e do ambiente, é provável que essa necessidade de carne desapareça. À medida que se desenvolverem as pesquisas sobre a física vibratória, compreender-se-á que, ao comer carne, se absorvem as vibrações de sofrimento de um ser abatido. Infelizmente, enquanto a Igreja ensinar que «os animais não têm alma», os cristãos conservarão (estupidamente...!) boa consciência.

O vegetarianismo é, portanto, por enquanto, uma prática que não se pode impor a todos. Eu própria o pratiquei longamente com os filhos, quando eram pequenos; fazia-lhes bem: cresceram como belas plantas, fortes e altos. É verdade que não se tratava de um vegetarianismo absoluto: comiam-se os ovos frescos das galinhas, muitos lacticínios e peixe. Certos países da Ásia, como o Japão, que não têm uma alimentação carnívora, não são propriamente «vegetarianos» no sentido estrito, pois consomem animal, mas é peixe (e não parecem sofrer por isso...).

Para quem quer ser vegetariano coloca-se um problema social. Muitas mães de família, violentamente criticadas pelos pais ou pelo marido, vêem-se obrigadas a escolher entre um vegetarianismo mesmo moderado e a paz familiar. Tem-se sempre razão quando se está adiantado ao próprio tempo!

Os nossos filhos passaram para o «bife-batatas fritas-massas-Mac-Do». O resultado não tardou: são obesos, têm olheiras, tez baça e gripe quatro vezes por ano... O «bezerro de ouro» ao qual sacrificam a saúde é o vitelo de criação intensiva que engorda as multinacionais alimentares. Também tenho muitos amigos que me convidam a casa. Quando há um prato de carne feito com amor pela dona da casa, como-o de muito bom grado: parece-me que seria tão indelicado quanto prejudicial ao estômago recusá-lo; quebraria a harmonia. E não compete ao convidado «estragar o ambiente» contestando os rituais familiares dos outros.

Cristo comeu o Cordeiro pascal com a família. Eu, que não sou Cristo, aprecio o peru de Natal, o rosbife da amiga e outras galinhas ao pote de domingo. Para compensar, entrego-me às saladas-frutas-legumes quando estou só. O outro caso é o restaurante, onde é relativamente fácil escolher omeletas, peixe, legumes, saladas, queijos. Quanto às receções oficiais, em que a comida vem de um fornecedor externo, a prudência impõe-se de qualquer modo. (Recorde-se o escândalo recente em que, numa receção oficial, foram servidos pratos deteriorados por um fornecedor parisiense, envenenando parte dos convidados!)

Na Era de Aquário, é certo, deixaremos de ser carnívoros – o que é uma forma de canibalismo! Até lá, como vivemos numa época de vibrações bastante baixas, as pessoas que se marginalizam recusando absolutamente qualquer carne, em qualquer circunstância, são vistas como rebeldes.

Os movimentos feministas encontraram a fórmula «o meu ventre é meu» (como elegantemente se dizem certas coisas...). Espera-se aquele que lançará a fórmula, ainda mais evidente, «o meu estômago é meu», ou seja, «o que como não diz respeito a ninguém».

O caro Cayce entendia que, enquanto se aguardava a Era de Aquário – signo do Anjo –, os seus consulentes ainda não eram suficientemente angélicos para se tornarem vegetarianos (embora o tenha aconselhado individualmente um número bastante considerável de vezes!). O ponto de vista de Cayce é, pois, o seguinte: muitas pessoas estão intoxicadas porque comeram demasiada carne, em particular carne vermelha; esta é, portanto, um mau negócio.

Alguns vegetarianos tornaram-se legumes...

Apesar da simpatia assumida que tenho pelo vegetarianismo, encontrei certos vegetarianos furiosamente antipáticos: sectários, moralistas… e de tez bastante acinzentada! Os «vegan» estritos, que recusam absolutamente qualquer produto animal (lacticínios, mariscos, ovos, mel…), serão modelo a seguir?

Guardo pessoalmente uma péssima recordação da macrobiótica, que me deixou gravemente doente. Não é um sistema em «ismo», como diria Cayce… mas merecia sê-lo. A macrobiótica (ainda por cima com um nome grego improvisado para parecer «in») é um sistema alimentar extremamente artificial, uma mistura «japonesa-revisitada-pelo-americano»: o seu fundador, Oshawa, era um japonês completamente americanizado. (Faz lembrar aquele restaurante de Montmartre chamado «FAST-FOOD-CHINOIS-KACHER» – sic!). Este tipo de alimentação expurgada da sabedoria culinária japonesa reflete perfeitamente o puritanismo masoquista da América, segundo o qual o prazer de comer é um «pecado». Para ser virtuoso, é preciso comer sem prazer… portanto o mais intragável possível!

A macrobiótica é totalmente contrária aos princípios de Cayce: este diz e repete que se deve alimentar do que é produzido no solo onde se vive (leitura 3542-1)[116]. Então, para quê ingerir, com ar extático, m… importada do Japão a preço de ouro, apenas para dar a entender que se está na moda? Se de vez em quando se quiser «comer japonês», porque não ir francamente a um VERDADEIRO yakitori?

Sobreconsumo de carne: atenção, cancro!

Parece realmente que, na corrida ao bife-batatas fritas, o cancro espera o vencedor na meta… Muitos dietistas modernos pensam-no, e trabalhos científicos recentes tendem a prová-lo. Quanto a Cayce, afirma-o muito claramente em várias ocasiões. Eis, por exemplo, uma consulente com cancro, a quem declara:

Evite qualquer carne durante pelo menos três a seis meses.
(Leitura 3515-1)

A outra, também com cancro:

Abstenha-se de carne. Foi ela que mais contribuiu para o seu desastroso estado de saúde atual.
(Leitura 569-16)

É claro: Cayce acusa formalmente a carne de provocar certos cancros.

Há também a consulente n.º 683-3, citada acima a propósito das nozes, atingida por um tumor ainda não canceroso mas revelador de terreno canceroso, a

quem Cayce repete: Nada de carne, apenas aves e peixe! E este outro caso muito semelhante, de quisto ovárico (fibroma), também sobre terreno geral canceroso, a quem repete:

Não demasiada carne, seja qual for a espécie! E nunca, em caso algum, carne vermelha!
(Leitura 5113-1)

O professor Mathé declarou à jornalista Simone Brousse, que o entrevistava:

«A carne intervém na origem destes dois tipos de afeções, os tumores e o ateroma, porque contém muitas gorduras, por vezes até 40 %[117].»

E Simone Brousse cita a suíça Johanna Brandt, que se curara a si própria de um cancro por meio de uma cura de uva, a qual afirma que «o cancro prospera com toda a alimentação animal[118]». Numerosas escolas – como os naturopatas – ensinam-no há muito.

O vírus da gripe é um grande comedor de carne

É essa, afinal, a conclusão que se impõe após a leitura de Cayce! Ele considera três casos:

– um certo número de doentes deve absolutamente evitar a carne,
– outro tipo de pacientes pode consumi-la,
– finalmente, para alguns doentes, a carne é um medicamento.

As leituras relativas a estes últimos serão apresentadas mais adiante.

Eis dois primeiros tipos de casos, que mostram um Cayce geralmente pouco favorável à carne.

Um reumático:

Na alimentação, atenção, evite a carne, especialmente a carne vermelha. Antes excessos de legumes, e mesmo de farináceos, do que excessos de carne! Pois é isso que lhe cria acidez. Daí esses problemas.
(Leitura 99-5)

Uma eterna obstipada, que sofria de má assimilação (comia demasiada carne, e isso não lhe aproveitava!):

Nunca carne frita. E, para si, em geral, nunca fritos, vê?
(Leitura 2261-1)

Um homem de trinta e três anos que sofria de albuminúria:

Atenção, evite a carne!
(Leitura 900-383)

Um artrítico:

Nenhuma alimentação de origem animal. O organismo não tolera nem gorduras animais nem sequer produtos animais em geral. É isso que mantém em si um foco de infeção.
(Leitura 5402-1)

A carne exige do tubo digestivo um grande trabalho químico. Quando é em excesso, o laboratório interno entra em greve! Chega-se rapidamente à obstipação, que Cayce considera responsável por todas as doenças, e cujo mecanismo é o seguinte: não tendo força para eliminar os resíduos, as paredes intestinais voltam a colocá-los em circulação no sangue, com a esperança de os eliminar por outra via de saída (chamada «emunctório» na linguagem médica).

O que não é eliminado pelo intestino pode então sê-lo pela respiração (daí sobreaquecimento dos pulmões, do nariz e da garganta), pela transpiração e pela urina (daí sobreaquecimento dos rins e da pele), por quaisquer fluidos que escapem do corpo. Os órgãos que os produzem sobrecarregam-se e adoecem. Daí a importância de não impor turnos contínuos aos trabalhadores internos. Caso contrário, é… guerra intestinal!

Cayce denuncia, assim, a obstipação, que cria uma intoxicação permanente, uma asfixia lenta e inexorável das energias profundas. Eis o que diz a um dos seus doentes:

Muitas coisas não estão bem consigo! Descrever as causas seria dar uma lição de anatomia e patologia dos tecidos – e traçar o historial dessas perturbações. Mas hoje, os seus problemas de circulação sanguínea são causados por eliminação insuficiente de toxinas – e isso já dura há muito tempo! Está aí a origem de todos os sintomas, o que desregula o bom funcionamento dos diversos órgãos. E é por isso que está deprimido, doente, sofrendo: comeu demasiada carne e cozinhada de forma pouco saudável (...). Agora, abstenha-se dela!
(Leitura 3896-1)

Vê-se por esta amostra que o caro Edgar considera a carne – particularmente a carne vermelha – um flagelo. Entende, em geral, que o consumo de carne deve ser limitado a casos precisos, repetindo sem cessar: Carne, em pequena quantidade!

Cayce falava frequentemente do «common cold», que se apanha no Inverno sob forma de amigdalite, gripe, constipação, lumbago, tosse, etc. Atribuía-o a um desequilíbrio bioquímico: excesso de acidez nos circuitos digestivos.

Ora, esta deve-se à abundância excessiva de certos alimentos, particularmente as carnes. Sabe-se que os vírus detestam viver em meios de pH alcalino, enquanto proliferam em pH ácido (leitura 1947-4). Daí a pergunta de um consulente:

PARA EVITAR CONSTIPAÇÕES, É IMPORTANTE ABSTER-ME DE CARNE?

– Não obrigatoriamente, responde Cayce. Depende mais da forma como se misturam as diversas categorias de alimentos do que de um só que fosse o único responsável. Mesmo quem raramente come carne, ou produtos animais, pode desenvolver sensibilidade às constipações. Basta que se alimente mal, enfraquecendo esta ou aquela zona do sistema digestivo. Se for o caso, convém evitar as carnes, pelo menos em quantidade. (Leitura 902-1)

Outro caso de alguém sensível às constipações, amigdalites e gripes, por estar cronicamente intoxicado. O fígado sobrecarregado degenera em «fígado cardíaco», cujo mecanismo Cayce descreve. A família, inquieta, pergunta:

SENHOR CAYCE, DEVEMOS SUPRIMIR-LHE A CARNE VERMELHA?

– Seria desejável. Especialmente quando o fígado está congestionado – e essa congestão afeta a circulação sanguínea em direção ao coração.
(Leitura 1151-19)

Outra leitura, dada para uma menina de sete anos que apanhou frio, degenerando em gripe e depois congestão pulmonar. A mãe compreende que não deve dar-lhe carne vermelha:

ENTÃO, POSSO DAR-LHE COELHO?

– Sim, responde Cayce, carne de animal selvagem, com a condição, porém, de nunca ser frita.
(Leitura 4281-10)

Na pergunta, trata-se de produto da caça, por oposição à carne de criação – o que conduz à questão da caça (a que voltaremos mais adiante) e ao modo de cozedura das carnes.

Tártaro ou cozido sob a sela?

Lívidos de terror, aglomerados atrás das paliçadas de madeira que lhes serviam de muralhas, os parisienses aguardavam os Hunos. Eram horríveis

bárbaros. A prova: comiam carne crua, que aqueciam sob a sela do cavalo. (E eis porque «a erva não voltava a crescer sob os seus passos». A ligação entre carne crua e herbicidas não era muito evidente nos manuais de história).

Felizmente, os parisienses tinham o antídoto à mão: uma santa vegetariana. Santa Genoveva, «fortificada pelo jejum e pela oração», diz a crónica, encarregou-se de persuadir Átila de que os parisienses nada tinham de cru para lhe oferecer. O «flagelo» e o seu bando foram mastigar noutro lugar o seu bife tártaro. Os parisienses regressaram aos seus maus hábitos: salteado de vitela e enchidos!

Cayce atribui grande importância à forma de cozedura da carne. A mais tóxica é seguramente a fritura! Na região onde viveu o jovem Edgar, o prato nacional era o Kentucky fried chicken. Vi uma cadeia de restaurantes com esse nome. Coragem, fujamos:

Nem à noite nem de manhã fritos! Nem fiambre frito nem carnes fritas – nem sequer frango frito! Se acontecer comer carne, que seja então aves, borrego ou peixe. E cozidos, grelhados ou assados no forno!
(Leitura 1586-1)

As carnes vermelhas, grelhadas e generosamente temperadas com o que chamamos «ervas de Provença», passam melhor:

Atenção, nada de carne vermelha. Mais exatamente, nada de carne crua (...). No entanto, se for muito condimentada e grelhada, pode passar.
(Leitura 877-16)

As «ervas» (das nossas) e as especiarias (exóticas) estão lá para facilitar a digestão: no fundo, o ideal – se leu bem Cayce – é a erva de Provença temperada com um bocadinho de barbaque!

A carne de porco: siga o javali!

O que é o porco? A decadência do javali. Uma coisa muito pobre fabricada pelo homem. Solte um porco na natureza e ele voltará muito depressa a ser o javali inteligente e ágil. Eis porque os presuntos corsos têm tanto perfume: é o perfume da liberdade!

Alguns exemplos da insistência de Cayce em condenar a carne de porco:

Nunca porco, nem sequer fígado de porco! (Leitura 4874-3)

Abstenha-se de toda a carne, especialmente da carne de porco. (Leitura 2392-1)

SE EU SEGUIR RIGOROSAMENTE ESTA PRESCRIÇÃO, FICAREI DEFINITIVAMENTE CURADO? pergunta um senhor reumático, visivelmente aterrorizado com a ideia de ficar privado dos ovos com bacon (pergunta-se se não prefere ainda os velhos reumatismos).

– Isso dependerá de si. Se se abstiver definitivamente daquilo que o torna doente: a carne de porco, as gorduras. Elimine estes dois factores de perturbação, e esse será o tratamento permanente. (Leitura 2392-1)

Cayce não é entusiasta quanto ao consumo de toucinho:

Nada de carne de porco, sob forma alguma. No limite, de longe a longe, um bocadinho de toucinho. (Leitura 1016-1)

Autorizado por vezes (de má vontade), esse toque de toucinho ao pequeno-almoço (leituras 2959-1, 1411-2, 1131-2, etc.) só "passa" de manhã ao acordar, depois de uma noite de repouso digestivo.

Mas sente-se bem que, para Cayce, isto não passa de uma concessão. Portanto, se acredita nele, imite os muçulmanos: crentes, abster-se!

Dito isto, Cayce nunca fez a volta completa ao porco na sua apresentação europeia. Temos «presuntos da terra» (particularmente em França, Itália, Espanha), que me parecem muito menos maus do que o porco de que ele fala. Os nossos presuntos cozidos ou fumados, de que se come apenas o magro, são leves de digerir. Mas estes tipos de presunto, tipicamente europeus, nunca os vi na América! Penso que, se Cayce os tivesse conhecido, teria sido mais indulgente. O presunto cozido que a senhora Hermann vende na sua loja Félix Potin, na rue de Bourgogne, é tão bom que "se evapora" ao longo do dia: os clientes atiram-se a ele!

Os anos de colaboração com movimentos de defesa do consumidor ensinaram-me uma coisa: os produtos honestos, os que têm verdadeira qualidade «bio», têm sempre um sabor delicioso. E quando um produto parece «bom como antigamente», é porque é relativamente «bio», isto é, saudável. Ou, se preferir, moderadamente pouco saudável… pois até os pinguins da Terra Adélia, na sua banquisa, estariam agora recheados de pesticidas!

O primeiro mérito das leituras de Cayce, apesar de tudo, é fazer-nos refletir sobre os produtos alimentares que até então comprávamos sem pensar. Vergonha do consumidor estupidamente condicionado pela publicidade!

A caça – motivo de excomunhão?

Fala-se muito hoje em dia da «fatwa», sentença de morte que exclui os «maus muçulmanos» da «comunidade dos crentes» e autoriza a assassiná-los. O ministro iraniano Chapour Bakhtiar foi uma das vítimas – assim como o escritor Salman Rushdie (embora, neste último caso, os assassinos não o tenham conseguido apanhar à hora em que escrevo estas linhas).

Na Igreja católica existe uma disposição semelhante: a excomunhão. Esta exclui o cristão cuja conduta foi julgada escandalosa; mas, ao contrário da fatwa islâmica, não autoriza a matar o culpado como no tempo da Inquisição).

A excomunhão pode atingir especialmente uma personagem (como aconteceu com certos reis de França), mas pode também ser ipso facto, isto é, «automática» – é o que acontece, teoricamente, hoje. O cristão «excomungado» deixa de ter direito aos sacramentos; assim, por exemplo, quem é divorciado vê recusada a comunhão, o enterro religioso, o recasamento na igreja, etc. Herança da Idade Média, que muitos padres põem em causa:

Pois não é com uma lei que se pode constranger o coração e a alma de quem quer que seja, diz Cayce. (Leitura 3976-8)

Os leitores e leitoras que se reclamam do cristianismo devem saber que, nos primeiros séculos, os bispos proibiam qualquer participação ativa ou passiva num espetáculo sangrento – humano ou animal. O cristão que nele se envolvesse voluntariamente era excomungado. Muito poucas pessoas sabem que, em nome desta tradição, o Concílio de Trento quis proibir as touradas em Espanha. O rei Filipe II, apavorado, temendo que tal medida desencadeasse a revolução entre os súbditos, teria suplicado ao papa que nada fizesse. Teria então pago muito caro para que o assunto fosse abafado. Os Padres da Igreja, psicanalistas muito antes do Dr. Freud, entendiam que o massacre de um animal não deixa indemne nem o caçador nem o espectador: algo nele também é destruído.

Foi com base neste princípio antigo e venerável que o papa São Pio V (1566-1572) proibiu as touradas e as caçadas que constituíssem espetáculo. Dou aqui o texto (para que leitores e leitoras não pensem que invento seja o que for!):

… «Nós, considerando que estes espetáculos em que touros e feras são perseguidos no circo ou na praça pública são contrários à piedade e à caridade cristã, e desejando abolir estes sangrentos e vergonhosos espetáculos, dignos dos demónios e não dos homens… e a todos e a cada um dos príncipes cristãos, revestidos de qualquer dignidade, tanto eclesiástica como profana… Defendemos e proibimos, em virtude da presente Constituição, para sempre válida, sob pena de

excomunhão incorrida ipso facto, permitir que tenham lugar espetáculos desse género em que se dá caça a touros e a outras feras. Proibimos igualmente aos soldados e a outras pessoas medir-se a pé e a cavalo neste género de espetáculo com touros e feras. Se alguém vier a encontrar aí a morte, seja-lhe recusada a sepultura eclesiástica. Proibimos, sob pena de excomunhão, aos clérigos, tanto regulares como seculares… assistir a esses espetáculos. Ordenamos a todos os nossos veneráveis irmãos… arcebispos e bispos que publiquem suficientemente, nas respetivas dioceses, a presente carta e façam observar as ditas prescrições[120]. »

Esta bula nunca foi revogada!

A condenação das touradas é aqui sem apelo. Em contrapartida, quanto à caça, se reler com atenção, verá que é mais nuançado. Só é condenada quando constitui «um espetáculo (…) em que se dá caça a (…) feras». A caça à raposa e afins está evidentemente neste caso – mas não a caça privada em que um pobre diabo caça para comer, porque tem fome.

No século XIX, o clero ensinava às suas tropas que «os animais não tinham alma». Será este o ponto de vista dos Padres da Igreja? De modo nenhum… em todo o caso, não com essa bela segurança. Alguns, como São Justino (morto em 165), chegam mesmo a considerar que certos animais abrigam almas humanas «que, tendo-se tornado indignas de ver Deus em consequência dos seus atos durante encarnações terrestres, retomam corpos de animais inferiores» como castigo! Os teólogos atuais esforçam-se por expulsar da tradição tudo o que os incomoda (ou incomodaria a progressão hierárquica…). Mas se se desse ao trabalho de reler um pouco esses famosos Padres da Igreja, ficaria bem surpreendido… Eram pessoas muito cultas, vindas de meios grego, alexandrino, essénio, zoroastriano ou druídico, cujo saber era muito superior ao nosso (pois eram herdeiros diretos de Hermes, de Zoroastro, da Atlântida…).

Infelizmente, raríssimos são os bem-pensantes que têm a honestidade de reler as fontes, ou membros do clero que se dão ao trabalho de «revisitar» os Padres da Igreja, os Evangelhos apócrifos, as revelações dos profetas e dos santos (e até dos «hereges»), fazendo a si próprios algumas perguntas incómodas. A caça, nos países abastados, estará de acordo com o espírito evangélico?

A doutrina atual: «matar, consumir, deitar fora» conduz-nos diretamente à catástrofe; se o «católico» de base, o zappe-consumidor primário, não acordar, somos nós que seremos mortos, consumidos e deitados fora… as montanhas de lixo e os desertos de betão acabarão por nos soterrar. Infelizmente, na boa sociedade francesa, quando se fala de caça, usa-se logo a linguagem algodão! (Que

tem «o triplo mérito de pensar por si, paralisar qualquer contradição e garantir um poder insuspeitado sobre o leitor ou o ouvinte».) Assim não se magoa ninguém. Vários colegas autores e jornalistas, como Jean Prieur e Paule Drouault, denunciaram corajosamente os abusos da caça: quase não são ouvidos. «Mais de 80% dos caçadores são citadinos incapazes de identificar a caça a que disparam, diz Michel Gardère; não sabem distinguir uma codorniz de uma cotovia, um coelho de uma lebre.»

Eis a mensagem de Cristo sobre a caça, tal como se pode ler em L'Initié:

«Vimos um homem que trazia uma espingarda debaixo do braço. O Mestre disse: "Ó meu discípulo, preguei o grande amor e a alegria que dele decorre. Mas, ai!, aquele que tem prazer em matar não fez a experiência desse grande amor, e a compaixão radiante não floresceu no seu coração. Embora ninguém possa destruir a vida, pois ela é eterna, pedi aos meus discípulos que não destruíssem as formas carnais, porque a crueldade é incompatível com o amor.

"Chamo a isto crueldade, mas o Homem está tão habituado a ela que nem se dá conta, porque o coração se endureceu. Deus concede-lhe para a alegria da alma uma variedade inumerável de prazeres; no entanto, escolhe como passatempo aquilo que fere e destrói. Além disso, há homens de coração de pedra que atormentam as minhas criaturas para conquistar maior saber; mas esses conhecimentos mal adquiridos valem pouco; poderiam ser obtidos por meios menos cruéis. Ó meu filho, é um terrível pecado procurar o conhecimento torturando criaturas inocentes."»

No entanto, Cayce não condena absolutamente a caça

E, contudo, não vi em parte alguma nas leituras uma condenação formal da caça. A razão é clara: no tempo de Cayce, a América tinha passado fome. Ainda se lembravam dos anos negros da Guerra Civil (chamada entre nós «Guerra da Secessão»). Alguns anos mais tarde, entre as duas guerras mundiais, haverá milhões de famintos: o desemprego gerado pela «Grande Depressão» multiplica as pessoas que sobrevivem roubando uma maçã por dia... Nesse contexto, Cayce não pode proibir a caça aos seus concidadãos.

Não pode culpabilizá-los por comerem o seu produto: a caça. No início da sua carreira, os seus consulentes são gente do campo, vizinhos, parentes, amigos – pessoas rudes para quem a caça é uma atividade familiar e tradicional: um suplemento alimentar nada negligenciável. Além disso, a sociedade americana contemporânea de Cayce era, por necessidade histórica, de grande violência («atira-se primeiro, fala-se depois»...). Essa violência espanta as velhas sociedades polidas da Europa Ocidental («isto é Chicago», diz-se por cá, como referência!).

Ora, uma das formas de expressão dessa violência sempre foi a caça – que ainda hoje é muito ativa, como constatei em Virginia Beach! A essa cultura agressivamente materialista, onde o desprezo pelo animal tem raízes milenares, não se pode propor que se limite aos legumes... Cayce não pode combater em todas as frentes. Já tem dificuldade em fazer passar as suas condenações repetidas do racismo; se lhe juntar a proibição da caça, arrisca-se a não ser ouvido de todo.

O esquilo a vapor...

Daí certas leituras extremamente chocantes para um paladar francês:

É BOM PARA MIM COMER COELHO OU ESQUILO ASSADO NO FORNO, OU COZIDO A VAPOR?

– Qualquer carne selvagem é preferível às outras, se for preparada como deve ser. No caso do coelho, certifique-se de que retirou bem o tendão de cada uma das patas esquerdas – que pode provocar febre. É o que por vezes se chama «o lobo no coelho». Embora, preparado de certa maneira, isso possa ser excelente contra certas doenças, nunca é bom comer isso num coelho. Para o esquilo, não é preciso tomar a mesma precaução. Estufado, e bem cozinhado, é preferível ao coelho para esta pessoa. Embora o coelho sirva, se se tiver o cuidado de retirar aquilo que indicámos. (Leitura 2514-4)

Dou esta leitura apenas a título de exemplo, esperando que leitores e leitoras defendam o esquilo e o coelho! Quanto à leitura seguinte, importa saber que, por cá, a lebre é um animal em vias de desaparecimento. De tanto se atirar em fêmeas prenhas, os caçadores contribuíram fortemente para eliminar a espécie (escrevo em 1991: isso pode mudar).

Trata-se de um homem de trinta e três anos, grande comedor de carne, preocupado com o nível de albumina:

Coma antes aves, caça como lebre ou esquilo. (Leitura 9003-83, datada de 1928)

Vê-se que, na época, os concidadãos de Cayce ainda não tinham consciência do desaparecimento de certas espécies: pensava-se que o efetivo de lebres e de esquilos era inesgotável. Ninguém considerava então o esquilo uma «espécie protegida». Surge em várias leituras (por exemplo 5672-1, ou 2514-4). Destruir este pequeno equilibrista, cuja graça aérea encanta as florestas, por alguns gramas da sua pobre carne, que crime... Mas não critiquemos os outros; se os esquilos também desaparecem entre nós, é porque são apanhados pela pele da cauda... nem sequer para comer! Um desperdício ainda pior. E depois, os anglo-saxónicos ficam horrivelmente chocados por comermos caracóis e rãs. Será uma vida de rã

menos respeitável do que uma vida de esquilo? Como diz Swedenborg: «Os verdadeiros demónios são os humanos que atormentam o mundo animal e transformam a vida terrestre em inferno.»

Hoje já não precisamos de matar animais selvagens para comer: os supermercados regorgitam de cadáveres de criação intensiva, enquanto que, antes de dez anos, os animais selvagens que animavam as nossas campanhas não passarão de uma lembrança se a sua desaparição continuar a este ritmo!

Saberão os nossos filhos como é uma lebre ou um esquilo? Só os viram na televisão...

A caça, fonte de calcário

Se a vida social e familiar fizer participar num jantar de caça, tome consciência do que vai comer: uma mina de cálcio!

Muitos alimentos sob forma líquida e semi-líquida, por agora. Mas pode incluir bastante carne selvagem no regime. (Leitura 3077-1 para um artrítico)

É preciso lembrar também que os doentes de Cayce estavam privados de uma fonte essencial de cálcio: o queijo! Este não estava de modo nenhum integrado na alimentação quotidiana da América, como o estava na Europa. À falta de queijo, portanto, os que careciam de cálcio tinham de o encontrar noutro lado...

O QUE PROVOCA ESTAS ESTRIAS PROFUNDAS NAS UNHAS DOS POLEGARES E QUE TRATAMENTO DEVE SER SEGUIDO? perguntavam os pais do caso 5192, um rapaz de doze anos. Resposta de Cayce:

– Deve-se à atividade das glândulas endócrinas; deve acrescentar ao regime alimentos que contenham muito cálcio: caça de toda a espécie – incluindo todos os ossos, que deveria mastigar; é excelente para si! (Leitura 5192-1)

Vai perguntar-se porque é que o meu cão rebenta de saúde e tem os dentes tão brancos: é que ele come ossos! Cayce não diz como se devem preparar esses ossos «que-deveria-mastigar». A tradição culinária do «queijo de cabeça» responde bem a esta ideia, pois as cartilagens fazem parte desse tipo de patê (tal como, aliás, a sopa de peixe).

Eis uma leitura que insiste ainda nos oligoelementos que se encontram na caça. Esta pessoa, que sofre de perturbações do metabolismo, pergunta a Cayce que carne deve comer:

Caça, de preferência a qualquer outra! Mas nem carne vermelha nem fritura de espécie alguma. Para estar bem equilibrado, o regime que deve seguir deve comportar o mais possível alimentos ricos em fósforo e em ferro. São os

fortificantes de que precisa, e que lhe permitirão assimilar melhor a comida. (Leitura 749-1)

E a leitura seguinte dá a explicação evidente:

Coma caça selvagem que se alimenta na natureza. Os animais de criação, esses, só comem o que se lhes dá... (Leitura 4834-1)

Ou seja, o que faz o valor dietético da caça é alimentar-se por instinto, do que lhe convém. Não sofre, portanto, de carências de ferro, cálcio ou fósforo. Teoricamente, a caça é «bio»... ou, pelo menos, «tê-lo-ia sido» no tempo de Cayce.

Agora, isso tudo acabou. O pequeno povo que se alimenta nos campos e nas florestas ingere enormes quantidades de pesticidas... Ao ponto de certas espécies, completamente envenenadas, se tornarem estéreis: os ovos apodrecem sem eclodir, as crias morrem antes da idade adulta, etc. A caça do avô «como antigamente» é mesmo folclore... Muitas das nossas aves canoras fazem parte do «clube dos poetas mortos»!

Há que falar também da intoxicação criada pela angústia da morte na carne do animal perseguido: as toxinas do medo dão uma carne indigesta ao homem. E que dizer do animal que agoniza durante horas na sede, na febre e na hemorragia, preso numa armadilha de maxilas? É o próprio princípio da caça que um dia se julgará incompatível com a evolução espiritual da raça humana.

Não traduzirei, portanto, mais leituras de Cayce sobre a caça: não quero incentivar o massacre dos últimos sobreviventes! Uma parte das minhas relações familiares continuará a caçar, não vendo nisso nenhuma contradição com o mandamento: «Não matarás.» Não sei como conseguem arranjar maneira... (É verdade que já não se aprendem os mandamentos de Deus na catequese: é demasiado fora de moda!) Outra parte da família, que não caça, limita-se ao provérbio do bom camponês suíço: «Quando se vê o que se vê e se ouve o que se ouve, diz-se que se tem razão de pensar o que se pensa.» Prudentes, mas não temerários...

O “sumo” de boi, mais eficaz do que uma transfusão de sangue

(e menos perigoso!)

Tudo passa, tudo cansa, tudo parte... e tudo se substitui! O que é verdade no reino da costura também o é no império dos médicos: na medicina, uma moda expulsa a outra... (geralmente, depois de um enorme escândalo!) Tome-se o exemplo das transfusões de sangue: ainda há muito pouco tempo, quem ousasse

afirmar que não eram isentas de perigo era tratado por velhote fora de moda, inimigo do progresso!

E eis que rebentou o escândalo dos hemofílicos, contaminados em massa pelo sangue de sidéticos. História atroz. Claro, houve negligências criminosas. Mas seria preciso ir mais longe: não se terá abusado das transfusões de sangue em casos em que outros meios terapêuticos teriam sido mais eficazes?

Sem negar a utilidade das transfusões numa gama de intervenções urgentes, há doentes crónicos que podem ser tratados de outro modo. E para esses, Cayce prefere o «sangue de boi» às transfusões. Di-lo nesta leitura:

O mais frequentemente possível, tome sumo (isto é, sangue) de boi, sempre que puder obter essa carne. Vale muito mais tomar esse «sumo» do que submeter-se a uma transfusão de sangue. Atenção! Se não seguir esta prescrição, acabarão por lha fazer, essa transfusão de sangue! O que não seria nada famoso para si. (Leitura 3535-1, dada em 1944)

Claro, houve progressos desde então. Controlam-se muito melhor as incompatibilidades entre dadores e recetores, as reações alérgicas, etc. Mas não se controla tudo; esta história da transmissão da sida pelo sangue mostra que, uma vez mais, o perigo vem de onde menos se esperava...

Um poderoso reconstituinte

Cayce prossegue a leitura, apurando cuidadosamente a prescrição:

Assim, tome tanto sumo de boi quanto conseguir suportar. Não abuse ao ponto de se tornar prejudicial, mas tome pelo menos todos os dias uma ou duas fatias de fígado de vitela, contendo o máximo de sangue possível, e que seja agradável ao gosto, cozinhado com manteiga.

Tome uma colher de café de sumo de boi de cada vez – não o engula, mas deixe-o derreter lentamente na boca, impregnando-o de saliva: será melhor assimilado. Leve tempo a engoli-lo: pelo menos um minuto. E faça isto duas ou três vezes por dia, se conseguir arranjar carne de boi.

Prepare o sumo como foi indicado; e, sobretudo, sem gordura nenhuma lá dentro! (Leitura 3535-1, dada para um rapaz de vinte e sete anos que sofria de anemia geral)

Sempre pensei que as histórias de vampiros tinham um fundo de realidade: não há fumo sem fogo! Terá desaparecido esta especialidade folclórica da Europa Central sob os regimes comunistas? Segundo a tradição, tratava-se de pessoas que definhavam e acabavam por morrer, porque um morto recente – o vampiro – lhes

vinha beber o sangue durante a noite. (Como no Brasil, onde o «vampiro» é um pequeno morcego, que se introduz de noite nos estábulos para sugar o sangue das vacas.) Os Cárpatos não têm exclusividade do monstro, que se encontra em muitas outras culturas.

Pensa-se conhecer perfeitamente a composição físico-química do sangue. Mas não é de todo certo que se tenha esgotado o mistério... As tradições pretendiam que ele é a sede da alma. É como o rio de vida que corre em todos os seres animados. Mas... o que é a «Vida»? O «vampirismo» não seria senão a perversão humana do comportamento que se observa nos animais predadores (leões, tubarões...) que se alimentam de presas vivas. Foi estudado pelo psicólogo vienense Krafft-Ebing. Os casos-tipo que se citam sempre são a condessa Bathory e Gilles de Rais (quanto a este último, cf. o livro de Michel Herubel *Gilles de Rais et le déclin du Moyen Age*, Librairie académique Perrin). Mas os psicólogos e psicanalistas vienenses são como as pastelarias: começa-se a achá-los indigestos...

Existem outras teorias sobre o vampirismo. Em *Les Prophéties d'Edgar Cayce* falei das mensagens recebidas por Germana Grosso em Itália. Estas, dadas por interlocutores extraterrestres, falavam de vampiros, insistindo em que não nos livrámos deles. As mensagens punham em guarda contra certos seres dados à magia negra – que, sob aparências humanas, seriam de origem extraterrestre (ou então manipulados por extraterrestres negativos). Esses seres, dizem as mensagens, existem de facto e precisam de sangue humano, como uma espécie de medicamento, para si próprios. Raptam humanos para os sangrar. Tudo isto pode parecer loucura; não impede que um cientista extremamente sério e respeitado como Jacques Vallée tenha acabado de publicar um livro relatando as suas investigações pessoais sobre ovnis. E, entre elas, factos bastante inquietantes, em que os «encontros do terceiro tipo» e do «quarto tipo» terminam com a morte ou o desaparecimento dos humanos envolvidos. Por outras palavras, nem todos os E.T. são tão simpáticos como se diz...

Existe toda uma gama de rituais que traduz simbolicamente este processo de consumo do sangue. Por exemplo, a missa, em que o Sangue de Cristo é substituído pelo vinho: o sumo da vinha é um sangue vegetal que não se obtém pela violência feita a um animal. Ora Cayce, como outros mestres espirituais, insiste neste princípio fundamental da solidariedade física – (isto é, vibratória!) – de todos os seres vivos. Daí a necessidade de uma reflexão sobre o consumo de carnes... Foi dito acima o que se pensa disso, e até que ponto Cayce, nas leituras, procura limitá-lo a pequenas quantidades e não demasiado frequentemente.

Contudo, ao nível das baixas vibrações em que estamos, presos neste mundo materialista, pode ser necessário recorrer ao sangue animal (nem todos os doentes

são Marthe Robin, que se alimentava exclusivamente de uma hóstia consagrada, uma vez por semana!). Eis por que as leituras dão grande lugar ao sumo de boi, isto é, ao sangue que escorre da carne que se corta. As leituras consideram-no um medicamento – e a tomar nesse espírito. Em geral, Cayce aconselha-o aos doentes em quantidades muito pequenas, sem comer a carne, apenas o sumo, diz ele várias vezes.

Como um medicamento: respeite a dosagem!

Eis algumas leituras características:

SENHOR CAYCE, DEVE DAR-SE A ESTE DOENTE UM REGIME PARTICULAR, E QUAL? (Trata-se de um cardíaco de sessenta e um anos.)

– Alimentos que reconstruam o sangue, trazendo-lhe ferro. As carnes – mas antes o sumo do que a carne. (Leitura 2597-4)

Eis o caso de um bebé que tem vermes, e a surpreendente prescrição de Cayce:

Começaríamos por o fortificar com um regime. Todos os dias, fora das refeições, vê, dê-lhe pelo menos duas colheres de sopa de sumo de boi, e também sumo de fígado de boi. Não misturados, não; mas tomados separadamente, a horas diferentes. Naturalmente, dê-lhos quentes, e em pequenas quantidades: meia colher de cada vez. (Leitura 786-1)

Sabe-se bem que os vermes só proliferam em terreno doente. O «sumo de boi» devolverá forças ao bebé, cujo organismo ficará assim capaz de eliminar os hóspedes indesejáveis. Cayce afirma que este «sumo de boi» contém importantes recursos vitamínicos:

Tome alimentos que contenham vitaminas A e B, e mais especialmente B1. Encontra-se isso, naturalmente, na maioria das frutas e legumes. Sobretudo de cor amarela, e também, particularmente, no boi. (Leitura 811-7)

Serão as vacas ruivas porque contêm ferro? Vitaminas? (E que dizer das rebeldes que nascem com o pêlo todo branco? Ou todo preto? Essas, suspeitas de serem apaniguadas do Grande Cornudo...)

O consulente n.º 43 sofre de insuficiência de glóbulos vermelhos no sangue. É, pois, aconselhado mais uma vez a tomar sumo, isto é, sangue, de boi. Prescrição semelhante para um jovem de vinte anos, em plena anemia:

QUE SE DEVE DAR COMO FORTIFICANTE, perguntam os pais, PARA LHE DEVOLVER O TÓNUS FÍSICO E MENTAL?

– Boi cru. Mais exatamente, sangue de boi. Não em grande quantidade, não, mas apenas o que conseguir assimilar. (Leitura 77-2)

É verdade que por vezes se encontram «vegan» tão pálidos que se poderia acreditar que têm sumo de nabo nas veias. Dá vontade de lhes pôr à frente um grande copo de sangue vermelho (só para ver a cara...!).

Mas fiquei, ainda assim, muito surpreendida ao ler, em Cayce, todas estas indicações do *beef juice*. Prescreveu-o em inúmeros casos de anemia, astenia, convalescença difícil. Sempre que um doente sofria de carência de ferro, ou de certas vitaminas (leituras 898-1, 4439-1, 2457-1, 480-52; 3535-1, 2376-2, 5327-1, 1970-1, 5334-1, 556-8, 3316-1, 3232-1, 583-4, 626-1, 2376-2, 2067-9, etc., que não dou aqui todas, tal é o seu número!). Se cito os números, é para que leitores e leitoras vejam bem até que ponto Cayce preza o seu sumo de boi, como medicamento simultaneamente de fundo e de urgência. Prescreve-o num caso de parto difícil (tendo provavelmente provocado uma hemorragia, leitura 583-4), a um epilético (3398-1), num caso de apendicite (1970-1), e em numerosos casos de tuberculose (572-1, 4236-1, 1560-1...) – casos que curou, numa época em que ainda se ignorava o uso corrente de antibióticos!

Numa outra leitura, Cayce aconselha o sumo de boi contra a esclerose múltipla. Insiste:

Consuma sumo de boi em vez de fígado. Será mais eficaz. A tomar como medicamento: meia colher de sopa de manhã, meia à noite. (Leitura 3232-1)

Tratamento natural que certamente não seria desautorizado pelo Dr. Maschi, inventor da «maschiterapia» – (conjunto de tratamentos naturais graças aos quais tratou com sucesso um grande número de casos de esclerose múltipla, como conta no livro *Secouru par mes malades*).

É bem conhecido que a cor vermelha do sangue dos mamíferos se deve ao teor de ferro. E é este oligoelemento tão importante que falta em muitos estados mórbidos. Ora, na América de Cayce (como ainda hoje), tendo sido condenada a medicina homeopática, os doentes não podiam obter ferro sob forma de diluição, em tintura-mãe ou em grânulos, como entre nós (*Ferrum metallicum* e os seus compostos).

O sumo de boi contra o cancro

Vi, na Fundação Cayce, dossiês completos de doentes cancerosos tratados com sucesso por terapêuticas diversas, umas mais estranhas do que outras – incluindo o famoso sumo de boi!

Eis, pois, algumas dessas leituras. Primeiro caso de cancro: um homem de sessenta e oito anos:

O regime deve ser, em grande parte, líquido. E, na maior parte do tempo, à base de sumo de boi. Nem carne, nem sopa, nem cozido; mas o próprio sumo, em quantidades muito pequenas.

Eis como se faz sumo de boi: ponha pequenos pedaços de carne de boi crua num pote. Coloque-o em banho-maria (...). Faça ferver lentamente, até completa cozedura dos pedaços de carne. Passe por um coador e recolha o sumo. Guarde-o no frio.

Dosagem: em geral, para um adulto, uma colher de sopa a cada refeição – diluída em água como um caldo – mas muito pouco de cada vez. Isto é, uma colher de duas em duas ou de três em três horas. (Leitura 570-1)

Surpreendente, não? Mas quando se sabe que a maioria dos doentes de Cayce curou (preciso: doentes que seguiram as prescrições!), é para levar a sério.

Eis ainda alguns casos. Uma mulher de cinquenta e seis anos, faixa etária em que o cancro faz estragos:

QUE ALIMENTOS DEVO EVITAR, ALÉM DAS GORDURAS?

– Principalmente as gorduras. Mas é absolutamente necessário dar a este organismo sumo de boi como fortificante – desengordurado, claro, e só em pequenas doses e pequenas quantidades. É para tomar como medicamento! (Leitura 2956-2)

Outro caso, um homem de quarenta e cinco anos:

Dê-lhe apenas líquidos, ou semi-líquidos, no começo: sumo de boi extraído de boi magro. Nada de gordura, nem pedaços gordos! Nada de sopas: têm demasiada gordura! (Leitura 1382-1)

Ainda outro caso de cancro, uma mulher adulta, cuja idade não é indicada:

Poríamos a maior atenção no regime alimentar que, sem ser demasiado gorduroso, deve ser no entanto nutritivo. O sumo de boi seria bom. (Leitura 799-1)

E eis uma leitura que define claramente a principal virtude do sangue de boi, e por que razão Cayce o prescreve tantas vezes:

O BOI CONTÉM FERRO?

– Depende do intervalo de tempo entre a morte do animal e o consumo. Depende da forma como é preparado. Os sumos contêm ferro; a carne, muito pouco. (Leitura 488-3)

Na verdade, todos os alimentos vermelhos, animais ou vegetais, contêm ferro – mas parece que o sangue dos mamíferos o contém em especial abundância. Em todo o caso, hoje em dia, o valente «sangue de boi» não é um medicamento apreciado pelo corpo médico... porque não custa caro! Não se sabe que o valor de um bife reside no sangue que contém:

Boi, uma vez por semana (...) e não demasiado passado; e consuma mais sumo do que carne. (Leitura 849-50)

Eis ainda o conselho dado a dois reumáticos:

PARA TER UM REGIME EQUILIBRADO, QUE QUANTIDADE DE CARNE DE BOI DEVO TOMAR EM CADA SEMANA?

– Deve fazer parte do regime: uma vez por semana, cerca de cem gramas, bem preparado no seu próprio sumo. (Leitura 1158-31)

Boi como carne, desde que seja no seu próprio sumo. (Leitura 1334-2)

A gastronomia francesa não ignora o uso do sangue animal. Evidentemente, pensa-se no boudin noir, de que falarei mais adiante, que é essencialmente feito de sangue cozinhado. Michel Perrodo, que recebe o Tout-Paris das Letras e das Artes no seu restaurante *Chez Marins*, diz-me que, para preparar um prato com sangue, só se deve usar sangue absolutamente fresco: sangue guardado dois dias perde as qualidades dietéticas e torna-se perigoso para consumo, particularmente o sangue de boi. A carne cortada nunca deve ficar a repousar diretamente no prato: deve embrulhar-se num pano ou deixar-se sobre uma grelha, para que a carne não reabsorva o sumo (o sangue) – o que é tóxico. Em certas receitas tradicionais francesas, usa-se sangue fresco, não cozinhado. Por exemplo, no famoso «canard à la rouennaise», cuja receita Madeleine de Solliers me deu, tritura-se a carcaça do pato para extrair o sumo, isto é, o sangue ainda cru. E junta-se esse sangue ao molho, o que lhe dá um sabor incomparável – com as qualidades nutritivas de que fala Cayce!

Carnes brancas, carnes vermelhas, carnes negras

Sensível à terapia pela cor, a nossa tradição gaulesa distingue:

– as «carnes brancas» (aves, vitela, porco...)
– as «carnes vermelhas» (boi, cavalo, carneiro...)
– as «carnes negras» (javali, veado, lebre, galinhola...)

... Mas ainda não sei em que categoria pôr o bife de baleia que comi na Noruega!

Como vimos acima, as carnes brancas são o alimento das fibras nervosas, porque contêm fósforo; as vermelhas trazem ao sangue o elemento ferro; e as negras, cor da Terra, uma multidão de elementos variados, revitalizantes, que os animais selvagens encontram livremente na Natureza.

A tradição considerava as «carnes negras» indigestas. Deixavam-nas «faisander» para as tornar mais assimiláveis e mais aromáticas. As condições gerais do ambiente tendo mudado, já não se pode hoje fazer o mesmo uso que outrora dessas carnes negras. Restam as duas outras «cores», que veremos aqui.

O boi gordo… passará melhor se for magro!

Ao ler a Bíblia às crianças, à noite, antes de adormecerem, eu preferia saltar alguns capítulos: quando se esquartejavam dois mil amalecitas ou vinte mil filisteus, com pormenores macabros, parecia-me que não era necessário...

– Mas a guerra, protestava o meu rapazinho, é isso que tem graça! Abaixo os filisteus! Se eu fosse o chefe, fazia deles espetadas...

– Ah não, dizia a vozinha da Éléonore, eu quero que nos leiam a Arca de Noé. Quero saber se as girafas tinham espaço suficiente para esticar o pescoço sem bater no teto? E os elefantes, mãe, os elefantes? Como faziam para não esmagar os porquinhos-da-índia que corriam entre as pernas? Sobretudo se houvesse tempestade, com ondas grandes a sacudir o barco?

– Não percebes nada, intervinha Gil, a Arca era um «houf-veur-crafte», um barco sobre almofadas de ar, um caixote aquaplane, estilo deslizar...

Eu tinha muita dificuldade em tranquilizar Éléonore quanto ao conforto, classe turística, dos passageiros da Arca. Em particular quanto ao destino desses esquecidos de toda a espécie que a Bíblia se esquece de mencionar: «E os ouriços, mãe? E os ratinhos cinzentos, mãe? E os gatos, mãe?» Infelizmente, assim que a Arca e os seus passageiros tinham autorização para desembarcar, era outra vez a mesma coisa com as histórias de selvagens...

Por exemplo, os sacrifícios de animais. As crianças desaprovavam em massa. E, de fio a pavio, chegávamos não sei como ao festim de Baltasar ou às orgias de

Dalila. E, mal se punha a mesa, falava-se em «matar o boi gordo». «O que é isso?» perguntavam em coro as crianças (que nunca tinham visto uma vaca do Sael).

Pois bem, é exatamente isso que Cayce desaconselhou:

Nada de carnes, sobretudo se forem gordas. (Leitura 43-1)

Mas, na leitura acima, Cayce acrescenta, num tom reticente:

Ainda vá que seja carne de boi, desde que seja magra!

Portanto, o «boi gordo» saiu de moda… Se Cayce declara guerra a essa instituição bíblica, os dietistas modernos dão-lhe razão. Fora o sumo, cujas virtudes curativas vimos acima, deve comer-se carne de boi? De longe a longe, encontram-se nas leituras prescrições que encorajam um ou outro a comer boi – ou por vezes vitela.

Cayce considerava que, em certos casos, faltando ao doente este ou aquele oligoelemento, o encontraria mais facilmente nesta ou naquela carne. Mas atenção: na época em que Cayce prescreve essas carnes (e sempre com moderação, repetido em quase todas as leituras), nessa época, as carnes eram «bio». Ignorava-se a criação intensiva, essa prática vergonhosa que desnatura completamente as carnes que comemos – o boi, e mais ainda a vitela. Não sei o que diria Cayce hoje! Pois é evidente que as prescrições só valem para carnes biológicas (isto é, de animais criados ao ar livre e em condições de respeito). Caso contrário, o que se põe no prato é miséria! Um concentrado de toxinas do desespero, um produto sem sabor porque profundamente desnaturado.

Com essa condição, acontece que Cayce recomende «seguir o boi». A consulente n.º 2261-1, que tinha problemas de digestão, é aconselhada: carnes, mas apenas boi. Noutro caso, trata-se de uma mulher de sessenta anos, que não consegue recuperar de um acidente. Os ossos fraturados não soldam, e ela permanece em estado de choque. Cayce aconselha-lhe a medula de boi:

À noite, legumes inteiros com o sumo de carne (...) Tome ossos de tutano, ossos das articulações; isso será muito bom para si. (Leitura 501-2)

Esta doente sofre de carências de certos oligoelementos necessários à reconstituição do tecido ósseo, e o sangue anémico não tem glóbulos vermelhos suficientes. Eis por que Cayce lhe aconselha ir buscar esses elementos à medula e ao sangue do animal.

A outra pessoa no mesmo caso, ouve Cayce declarar:

O regime deve ajudar a reconstruir o sangue. Coma carne, especialmente boi. (Leitura 4618-1)

Um caso de epilepsia:

É MAU PARA ESTE DOENTE COMER OCASIONALMENTE BOI?

– Se estiver bem preparado, se for em pequenas quantidades, o doente poderá comer – com moderação e com a condição de estar bem cozinhado. (Leitura 543-7)

Não é entusiasmo…

Há pessoas que nunca, nunca, devem comer boi: o bife levá-las-ia diretamente ao túmulo! É o caso da menina 1206-8:

Quanto ao boi, é preciso que deixe de o comer.

Cayce é ainda menos favorável ao bife quando este é alourado na frigideira (pois é uma cozedura em contacto direto com a gordura aquecida):

Nada de frituras como o bife: isso favorece a obstipação. (Leitura 675-1)

Aconselha-o de qualquer modo grelhado em vez de salteado (leituras 954-2, 1334-2, 1337-1, etc.). Ao senhor 849-47, prescreve:

De vez em quando, uma vez por semana, tome um bom bife estufado em cebolas.

Há, no entanto, muito mais leituras a desaconselhar a carne de boi do que a encorajá-la. Mais geralmente, Cayce procura moderar os ardores carnívoros dos seus doentes:

DENTRE AS CARNES QUE POSSO COMER, POSSO INCLUIR BOI?

– Sim, mas não com muita frequência. (Leitura 457-9)

À consulente n.º 1224-6, Cayce, restritivo e preciso, ordena boi apenas duas vezes por mês.

Vi toda uma série de leituras do género desta, dada a um artrítico:

Nada de carnes. Em particular, nada de boi. Antes peixe, aves, borrego, e ainda assim com moderação! Mas sobretudo nunca nada frito! (Leitura 3009-1)

Talvez dentro de cinquenta anos os nossos netos olhem com espanto para os nossos costumes alimentares!

A decadência do nosso Império será severamente comentada nas aulas de arqueologia: «Nesse tempo, as trocas sociais eram reguladas por pequenos retângulos de papel biodegradável a que chamavam “o dinheiro”.

«Nesses tempos arcaicos, ignorava-se o uso de radiações cósmicas aplicadas diretamente aos meios de transporte individuais, como temos hoje; a vida quotidiana, muito primitiva, era inteiramente regida por migrações coletivas feitas em engenhos rudimentares. Os "autos", de que pode admirar um exemplar no museu. Enfim, ignorando-se então como captar diretamente a energia solar para dela se alimentar, essas civilizações de mentalidade pré-lógica comiam carne. O relais energético passava pelas plantas e depois pelos animais – que os homens foram obrigados a massacrar até à extinção total da fauna.»

O Senhor dos Cordeiros

Como se acaba de ver na leitura 3009-1 acima, Cayce mal considera o cordeiro como carne! O seu ponto de vista é que, se for mesmo necessário ser carnívoro, então mais vale comer carnes brancas. E, entre estas, a do cordeiro é a menos tóxica. Isso talvez explique o simbolismo do Cordeiro, escolhido como representativo do Senhor na saga bíblica. Nunca tendo tido um cordeiro entre os íntimos, sou nula em psicologia ovina – e confio em Cayce:

Tome vitaminas D e G consumindo os alimentos que as contêm, em vez de sob forma de suplemento artificial. Isso devolver-lhe-á as forças. Coma cordeiro, mas nenhuma outra carne. (Leitura 1895-2, a um doente muito fatigado, que sofre de complicações renais na sequência de uma intervenção cirúrgica).

Nenhuma outra carne além da de cordeiro! (Leituras 1302-1, 1985-1, 1895-2, 228-1, 849-13, etc.).

O cordeiro tem realmente a preferência das leituras. Também aqui, nunca saltear esta carne numa gordura ou em óleo, mas grelhá-la. Encontrei uma leitura em que Cayce aconselha o doente a comer um pouco de cordeiro assado com muitos legumes verdes (as nossas tradicionais «costeletas de cordeiro com feijão-verde» ou – melhor ainda – «espetadas de cordeiro e salada»).

Na realidade, Cayce prescreve cordeiro a doentes a quem proíbe qualquer outra carne. E especialmente àqueles cuja vitalidade profunda está gravemente afetada:

Como carne, quando puder, cordeiro. Se o fizer regularmente, recuperará peso, livrar-se-á dessa morosidade, dessa tendência para apanhar frio, dessa fraqueza geral. Em seis a oito meses, recuperará o peso normal. (Leitura 898-1)

Hoje, a carne de cordeiro é a menos pouco saudável de todas – pois ainda não se conseguiu «produzir» ovelhas em criação intensiva (o que tende a provar que este animal, reputado estúpido, é mais esperto do que se julga).

Eis uma leitura típica: trata-se de uma rapariga que come qualquer coisa – rebuçados, provavelmente, e sobretudo frituras gordurosas à base de porco. Está, pois, obstipada, e a alimentação pouco lhe aproveita porque não assimila. Uma multidão de males diversos leva-a a consultar Cayce, que lhe diz:

O regime deve construir-lhe um corpo saudável. Muitas vitaminas A e D; muitas vitaminas B1, e aliás todo o complexo vitamínico B. Nunca carne de porco, sob forma alguma. Em contrapartida, ocasionalmente cordeiro. Naturalmente, isso não será todo o regime – mas, enfim, uma parte importante. Contudo, não demasiado frequentemente: seria prejudicial ao organismo. E deveria variar a forma de o preparar.

– O QUE ME PROVOCA ESTAS DORES NOS BRAÇOS, NOS OMBROS, NAS COSTAS? O QUE POSSO FAZER CONTRA ISSO?

– Deve-se a uma deficiência energética no sistema nervoso... (Leitura 2947-1)

Esta leitura é muito interessante pela filosofia do medicamento, que retoma a antiga «Teoria das Assinaturas» defendida por Paracelso – de que já falei no início desta obra. A cor do que comemos é muito mais importante do que se pensa. E as pessoas não o sabem. Recorde-se um dos princípios da homeopatia: «simila similibus curantur», curar o semelhante pelo semelhante.

Ora, viu-se acima Cayce prescrever sumo de boi, isto é, sangue vermelho, a doentes a quem faltavam glóbulos vermelhos. Com a leitura acima, vê-se prescrever a «carne branca» do cordeiro a alguém cujo sistema nervoso é deficiente: a carne de cordeiro assemelha-se, pela cor, aos tecidos nervosos.

Noutra leitura, trata-se de uma jovem de vinte e quatro anos vítima de um acidente, que recupera demasiado lentamente porque sofre de deficiência de glóbulos brancos (leucócitos): o sistema linfático não produz linfa suficiente (que se apresenta como líquido branco). Cayce aconselha-lhe muito cordeiro (leitura 2679-1).

Outro doente coloca a questão:

EXISTE UMA COMBINAÇÃO DE ALIMENTOS QUE SEJA ESPECIALMENTE BOA PARA O CÉREBRO, OS NERVOS, OS MÚSCULOS?

O cordeiro trará os elementos necessários à reconstituição dos tecidos do cérebro, dos músculos e dos nervos. (Leitura 4008-1)

A carne de cordeiro é recomendada por Cayce em diversos casos de anemia e de perturbações da assimilação (pessoas a quem a comida não aproveita): leituras

481-1, 2221-1, 2261-1, etc.; num caso de cancro (975-1), em casos de obstipação (2261-1), de eczema (2232-1), de gravidez difícil (803-3).

A uma mulher de sessenta e cinco anos muito cansada, Cayce diz que não deve:

comer demasiadas féculas nem gorduras. Contudo, óleos como o azeite seriam bons, assim como as gorduras contidas em certos alimentos como o carneiro – desde que não seja demasiado gordo. Mas sobretudo nada de carne vermelha que produz açúcares (em excesso) no organismo. (Leitura 509-2)

Caprinos caprichosos!

A cabra do Senhor Seguin não conquistou o Novo Mundo: não há dúvida de que os clientes do senhor Cayce não tinham qualquer familiaridade com este animal. A cabra, aliás, tinha tudo para lhes desagradar: é um animal fantástico, «caprichoso» (aliás, a mesma etimologia de «caprino»!), isto é, uma personalidade que só se consegue manter «under control» num certo contexto. Como o gato, a cabra conserva o gosto da liberdade, mas precisa de uma relação afetiva muito subtil com o dono. Omnipresente no djebel mediterrânico e outrora na Provença, a sua carne é menos apreciada do que o leite, com que se fazem aqueles deliciosos queijinhos – dádiva do céu ignorada do outro lado do Atlântico!

A cabra e a sua família (os caprinos) são, pois, objeto de muito poucas leituras; eis duas:

Coma carne de cabra, desde que seja grelhada e a menos gordurosa possível. (Leitura 2221-1, num caso de anemia)

Noutro lugar, Cayce aconselha cabra em vez de carneiro, porque é uma carne que cria menos acidez. (Leitura 4834-1)

A «galinha no pote» continua a resultar

Valor seguro desde o Bom Rei Henrique IV, que a prescrevia aos súbditos como menu de domingo! Na realidade, as aves domésticas do galinheiro são altamente nutritivas.

Encontra-se aqui o rapazinho do caso 5192, cujos pais se espantam por ele ter unhas como chapa ondulada:

Deve-se a um desequilíbrio endócrino. Se acrescentasse ao regime alimentos ricos em cálcio, isso melhoraria. Por exemplo, dê-lhe pescoços de frango para mastigar. Tem de estar bem cozinhado – e as patas também: verá que já não lhe faltará cálcio! (Leitura 5192-1)

Cayce recomenda, pois, muito frequentemente as aves por causa da riqueza em cálcio: «E mastigue isso», acrescenta ele em geral! Fala sobretudo de frango e de pombo, mas pode pensar-se que pato, peru, ganso, galinha-d'angola, codorniz de criação, etc. têm as mesmas qualidades dietéticas.

Outra razão pela qual Cayce prefere ver os doentes consumir aves é tratar-se de carne menos gordurosa do que a carne vermelha:

Não demasiada gordura, seja qual for a sua natureza. Se comer carne, então antes aves – mas nunca fritas; antes cozidas ou assadas no forno. (Leitura 481-1)

São muito numerosos os doentes a quem Cayce prescreve:

Aves – mas nenhuma outra carne. (Leitura 1695-2)

Insiste muitas vezes no valor nutritivo dos ossos e das cartilagens:

Não tome os pedaços de escolha; prefira os pedaços negligenciados como o pescoço, o rabo, as patas, que são muito mais fortificantes! (Leitura 2084-15)

Se seguir o conselho de Cayce, assegure-se de que a ave em questão viveu livre e «bio»... Em França, chama-se frango «criado no chão»; na Suíça, pedem-se «galinhas felizes» – e, em toda a parte, é preciso precisar que se recusa frango de criação intensiva (instituição que desonra as nossas campanhas, violentando as leis naturais). É preciso saber que, nos frangos de criação intensiva, alimentados com hormonas, estas acumulam-se nos pescoços. Consumidas em dose elevada, são muito pouco saudáveis.

Quando tiver a ave rara, pode guardar:

o pescoço, a cabeça, a asa, as patas e a carcaça, para mastigar muito a fundo os ossinhos, a fim de extrair os sucos. Pois são esses sucos que contêm o cálcio – até mais do que precisa! É uma das melhores formas de o obter! (Leitura 3076-1)

Escolha a asa em vez da coxa...

Evidentemente, é menos elegante, mas contribuirá para o brilho do sorriso:

SÃO OS MEUS DENTES QUE PROVOCAM ESTES PROBLEMAS?

– Não (...) trata-se antes de perturbações do metabolismo e de desequilíbrios endócrinos, nomeadamente ao nível da tiroide. Seria necessário mais iodo e cálcio na alimentação; em particular, mastigar ossos que os contenham! (Leitura 3076-1)

Não vou apresentar aqui todas as leituras em que o frango é aconselhado em casos tão diversos como a gravidez, a anemia, a tuberculose, a infeção dos rins, a obstipação, a alimentação de um bebé de dois anos, os reumatismos, a

esterilidade, etc. Uma parte destas doenças deve-se a carências de certos oligoelementos: cálcio, iodo, vitaminas B e D. Encontrei mesmo um caso de tuberculose: uma jovem a quem Cayce ordena frango todos os dias (sublinhado no texto):

Coma tanto frango quanto conseguir, todos os dias, mas nunca frito! Só assado, cozido ou a vapor, ou melhor ainda: cozinhado no seu próprio sumo, estufado. (Leitura 1560-1)

O caldo de frango parece ser um prato familiar nos Estados Unidos, a julgar pelo número de leituras em que Cayce o aconselha:

Comece a tomar reconstituíntes: boas sopas! Não sopas de lata, mas caldo de frango! (...) E ponha-lhe a carcaça, que mastigará! (Leitura 1409-9)

Este tipo de «trabalhos práticos» é muito frequentemente prescrito a doentes deprimidos, anémicos, desmineralizados. A certos doentes muito frágeis, Cayce aconselha consumir separadamente a carne e os legumes:

Ao meio-dia, tome sumos de legumes ou sumos de carnes – não os dois juntos. De vez em quando, caldo de frango com arroz ou cevada. (Leitura 1269-1)

E lá vamos nós para a fricassé de galinha!

As aves domésticas, para além do frango, quase não aparecem nas leituras, exceto o pombo:

À noite, tome carne – o melhor seria pombo, com peixe – ou, ocasionalmente, cordeiro. (Leitura 920-12)

A leitura diz “squab with fish”, literalmente «pombo com peixe». Pode, de facto, misturar-se carne branca e peixe. É o que se faz em França em certas receitas: a bouchée à la reine, por exemplo, ou o vol-au-vent podem ser recheados com miolos de vitela, peixe, peito de frango ou pombo.

Outrora, em Versalhes, eu tinha um jardim cheio de animais: galinhas, tartarugas, patos, ouriços, porquinhos-da-índia... e tantos pássaros! Sobre esse conjunto reinava o galo: um gigante multicolor que, ao longe, parecia um maciço de flores. Pertencia à raça chamada Rhode Island. Creio que era feliz de viver, porque era livre (também por isso cantava o dia inteiro!). Tinha-o trazido de um mercado da Dordonha com uma franguinha a condizer. Na primeira semana, nenhum problema. Depois, apareceu-nos pouco a pouco o triste estado da noiva: cada vez mais depenada, exibindo talhos sangrentos nos flancos. E aquilo agravava-se de dia para dia. A culpa era minha: tinha-me esquecido do preceito: «um galo para sete galinhas»! Pus a infeliz a salvo do galo, no meio do relvado, debaixo de

uma gaiola, enquanto as feridas cicatrizavam (ainda assim, podiam falar através da rede!). O senhor Chantecler passava os dias sentado em frente, a olhar com adoração o único objeto do seu desejo... Voltei então à Dordonha para ir buscar mais seis noivas. No dia em que as larguei no jardim, foi o horror: voava-lhes maldosamente às penas, proibindo-as de se aproximarem. E, no resto do tempo, continuava a definhar de amor diante da gaiola que continha a dulcineia. Eu tinha encontrado o único galo monógamo de toda a história de França... As esposas n.º 2, 3, 4, 5, 6, 7, apertadas com frio num canto do jardim transformado em gineceu, desaprovavam em massa. O galo viveu muito velho. Nunca teria coração para o matar. Um dia, morreu diante de mim com uma crise cardíaca. Impressionante! Depois de lutar contra um inimigo invisível, tombou a meus pés. As crianças choravam, eu também.

Não tínhamos vontade nenhuma de o comer... mas fiz, ainda assim, duas ou três terrinas – que ofereci aos vizinhos: «Mas que carne requintada é esta?», dizia-se. «Não é possível que seja frango!» Pois era, era galo biológico, esse animal feliz e amado – cuja soberba, cuja beleza brilhante, eu e os meus filhos tínhamos admirado todos os dias. Simbolizava para nós a força, a vida, o poder. Eis porque a Gália o tinha tomado por emblema, e porque Cayce recomendara que se consumisse – para que, através da carne, se fizesse uma transferência de energia. Vergonha para os que o fecham numa criação intensiva!

Miudezas para gente abatida — o tripalheiro, espécie em vias de desaparecimento

No livro *Les Parisiens*[131], Alain Schifres dedica um capítulo ao desaparecimento dos tripalheiros em Paris. A triparia era a preparação e a cozinha das «miudezas», isto é, dos órgãos (coração, fígado, rins, tripas...), por oposição aos músculos, de que se tira o bife ou a perna.

Este fenómeno sociológico – o desaparecimento de toda uma corporação – parece explicável pelo nojo das pessoas ao constatarem que os animais, em particular os mamíferos superiores, têm órgãos vitais que se parecem com os nossos. Daí a impressão do consumidor de ser canibal! (Tão snobe como se tornou – isso desagrada-lhe imenso.) Enfim, o preço moderado ao quilo do que se chama os «cortes inferiores» desvaloriza-os no espírito do comprador. No entanto, diz Alain Schifres: «Nos tempos recuados em que o massacre ainda tinha uma dimensão gastronómica (logo, sagrada), nunca se deixava de devorar o fígado, o coração e os colhões do inimigo. Era para se apropriar das virtudes, e isso ainda se faz em certos países civilizados...» (ibidem).

Existe, de facto, toda uma patologia criminosa que mistura canibalismo com sexualidade: inúmeros casos deste género continuam a fazer notícia. «A Alemanha produziu alguns exemplares suculentos», conta Bernard Brizay em *L'Événement du Jeudi*. «De tempos a tempos, tenho necessidade de devorar uma criança», confessava o «Ogre de Brême» em 1949 (...). O «Vampiro de Düsseldorf» e o «Talhante de Hanôver» (...) devoravam as suas vítimas sob forma de salsichas.

Estas histórias, infelizmente, são verdadeiras... Os pais não vigiam suficientemente as crianças! Quanto aos países ditos «em vias de desenvolvimento», aí então é o horror: em muitas regiões do globo, o canibalismo nunca cessou. «Sabe-se hoje que o filho do bilionário americano Nelson Rockefeller, Michaël, etnólogo de vinte e quatro anos, desaparecido em 1961 após um naufrágio na costa da Nova Guiné, acabou numa panela da tribo Asmast» (ibidem).

O consumidor francês brilha pela ambiguidade: por um lado, os «cortes inferiores» repugnam-no, não quer pagá-los a preço forte. Por outro lado, o seu modelo de pensamento continua a assentar na equação: grande chefe = guerreiro valente = macho dominante = Senhor Músculo alimentado a bife. Seria infligir aos machos dominantes das nossas famílias um atroz complexo de castração privá-los de carne. Mas esses consumidores que se julgam grandes chefes saberão que não passam de carneiros? (nem sequer carneiros reprodutores!). Vá dizer-lhes que Johnny Weissmuller, que encarnou Tarzan no ecrã durante anos, era vegetariano (responderão que Hitler também).

O bife será menos «animal» por não se parecer com o rim? Ou seja, por ter o bom gosto de ser discreto e não lembrar que todos os mamíferos são primos? A nossa prima vaca tem, portanto, os mesmos órgãos que nós – o que sugere, claro, que tem emoções, como nós... e até uma alma?

O parisiense sai então deste embaraçoso parentesco pelo desprezo do tripalheiro. O normando, ao contrário do hábito, é aqui muito mais honesto: se inventou as «tripas à moda de Caen» e a «andouille de Vire», é porque não tem vergonha de aproveitar tudo o que é comestível. Velho hábito de saqueador de naufrágios... Cayce, de qualquer modo, dá-lhe razão!

Ora, existe um tipo de medicina chamada opoterapia, que cura o órgão pelo órgão – «similia similibus curantur[132]»...! Assim, como vimos, se a contagem globular é demasiado baixa, pode enriquecer-se em ferro e em glóbulos vermelhos com um regime à base de sumo de carne. Se a parede intestinal é deficiente, então coma tripas, isto é, os intestinos do gado, como sabe apurar há séculos a província francesa: por exemplo, os «tripoux» do Rouergue.

Os fígados: tê-los ou não

Conhece a expressão popular «ter os fígados» para dizer «ter medo»? Não se poderia ser mais preciso. Em astrologia, o fígado é regido pelo signo de Sagitário e pelo planeta Júpiter, que regem também (não por acaso) a fé, isto é, a confiança! O medo tem, pois, como primeira consequência física, demolir o fígado. Inversamente, os doentes do fígado são vulneráveis à dúvida, à angústia e sentem-se muitas vezes, fisicamente, paralisados por todo o tipo de medos.

O fígado aparece nas leituras sob a forma de sumo de fígado (*liver juice*) ou de pudim de fígado (*liver pudding*). Como se pode esperar, Cayce prefere que o doente consuma fígado quase cru – a largar muito sangue fresco – em vez de um fígado demasiado cozinhado, de que o sumo desapareceu.

Eis ainda um caso de cancro em que não se trata apenas de sumo de boi, mas de sumo de fígado de boi. A doente é uma menina de doze anos cuja mãe, perante opiniões contrárias, não sabe bem que rumo tomar:

Se este estado de fraqueza persistir, será necessária uma transfusão de sangue. Contudo, se tiver paciência, tentará antes ajudar o sangue a reconstituir-se por si próprio com um regime alimentar à base de líquidos eficazes para isso. Dê-lhe, não demasiado de cada vez mas ainda assim bastante, sumo de fígado preparado da mesma forma que o sumo de boi (ver capítulo anterior). Isso fortalecerá o organismo.

Os sintomas da doença serão interpretados de forma oposta por quem trata a doente – e, no entanto, dê-lhe uma oportunidade de recuperar, experimentando durante alguns dias esta prescrição. E verá os resultados!

Mas se se considerar obrigada a seguir a opinião de outras pessoas que acham necessário outro tratamento, então assuma a decisão que tomar, em alma e consciência. (Leitura 632-3)

Sabem-se as ligações que existem entre os pulmões e o fígado: a astrologia médica, que trabalha numa perspetiva de bipolaridade, considera sempre os órgãos em pares opostos e portanto complementares. O fígado (regido por Sagitário) funciona com os pulmões (regidos por Gémeos). Daí esta leitura feita para uma mulher de sessenta anos que tinha cancro do pulmão. Cayce prescreve-lhe fígado – órgão complementar:

Muito fígado de vitela grelhado, duas ou três vezes por semana. (Leitura 5374-1)

Outro doente, um canceroso de quarenta e dois anos:

Atenção ao álcool. Quanto ao regime alimentar: não demasiado nutritivo. Mas fígado de vitela sem gordura, morcela, patê de fígado; isso seria bom. Isso estimularia as forças e todo o organismo. A tomar pelo menos vinte dias seguidos. Depois, logo se verá. (Leitura 2097-1)

As doenças tratadas pelo consumo de fígado animal são bastante diversas: a mais frequente é a anemia (leituras 421-2, 667-1, 556-4, 811-7, 2488-2, 898-1, 978-1, 556-4, 811-7, 2488-2, 898-1, 978-1, 556-18, 658-15, 1102-2, 5604-1, 2565-1, 2335-1, etc.). Vários casos de tuberculose (1560-1, 929-1, etc.) são tratados assim por Cayce – sempre a ligação entre fígado e pulmões:

Em vez de abusar dos sumos de fruta que tão frequentemente provocam em si reações negativas, tente antes consumir sumo extraído de fígado picado – seja fígado de porco, seja fígado de ganso, seja ainda fígado de vitela (em vez de boi, desaconselhado no seu caso). Todos estes fígados ajudarão a curar, mas não os tome em quantidade excessiva. (Leitura 1045-7)

Muitos problemas digestivos, em particular a obstipação, podem ser melhorados com esta miudeza. A leitura 848-1 dá um exemplo:

Coma alimentos reconstituíntes para os nervos, o sangue, o corpo – evitando os que produzem reações ácidas. Pelo menos três vezes por semana, tome sumo de fígado ou então coma fígado grelhado.

Naturalmente, uma avalanche de casos em que as pessoas têm problemas de contagem globular, diversas carências do sangue, ou problemas circulatórios. É mesmo a maioria das leituras em que Cayce prescreve fígado (leituras 2074-2, 1695-3, 2935-1, 1519-1, 3842-1, 4164-1, 5604-1, 5615-1, etc.).

Encontrei um caso de poliomielite:

Tome muito, muito fígado, fígado de vitela; uma, duas ou três vezes por mês. (Leitura 2948-1)

Não darei aqui todas as doenças envolvidas.

Mas Cayce, em regra geral, prescreve fígado sempre que há carência de ferro ou de vitaminas A, B, B1 e D.

Eis alguém que sofre de acidez digestiva; não assimila e o sangue está empobrecido. O diálogo entre Cayce e este doente é interessante:

TOMO REGULARMENTE MEIA CHÁVENA DE SANGUE EXTRAÍDO DA CARNE DE BOI. ACHA QUE SERIA MELHOR SE EU TOMASSE ANTES SANGUE EXTRAÍDO DO FÍGADO DE BOI?

– O sumo extraído do fígado seria mais ativo, desde que este seja cozido a vapor, e o sumo consumido com a carne. Em pequenas quantidades. É preciso alternar, porque a ação do sumo de fígado é completamente diferente da do sumo de outra parte do animal. O sangue do fígado atua diretamente sobre a química da assimilação em ligação com as glândulas responsáveis por essa função – trabalhando diretamente com as hormonas que elas produzem.

ENTÃO O MEU ORGANISMO CHEGA A PRODUZIR SANGUE NORMAL?

– Se não fosse o caso, não sobreviveria oito dias! Tenha a certeza de que, entre os glóbulos vermelhos que produz, há bons... Mas seria preciso mais! (Leitura 1377-3)

Quando a «leitura médica» é acompanhada de uma «leitura de vida», Cayce dá as causas cármicas da doença. Todos os que sofrem de problemas sanguíneos e circulatórios são aqueles que, numa vida anterior, derramaram o sangue de outrem. O seu «programa» de produção de sangue fica hoje perturbado porque a perturbação está primeiro na cabeça: o computador mental foi danificado pelos comportamentos anteriores. Daí a pergunta do doente, que crê fabricar apenas «mau sangue»!

Eis ainda uma avó de oitenta e um anos, que sofre de vários males: um sistema nervoso em mau estado, comichões por toda a pele devido a uma circulação cutânea deficiente:

SE ELA TEM FALTA DE PROTEÍNAS, QUAIS É QUE LHE DEVEM SER DADAS?

– As que trazem mais energia, a saber, o sumo extraído do fígado. (Leitura 5431-4)

Outro prato interessante é o patê de fígado, recomendado neste outro caso de cancro (uma mulher de trinta e três anos):

Duas, três ou quatro vezes por semana, seria bom tomar patê de fígado – e, para que seja realmente reconstituinte, ponha uma forte proporção de sangue e cozinhe bem. (Leitura 2918-1)

Apresentei todas estas leituras porque o fígado sempre foi um alimento muito apreciado nas nossas tradições. É, no fundo, o mais “chique” de todas as miudezas. Enfim, eis um trecho que explica por que é tão energético:

À noite, coma fígado. Contém glicose e isso é muito importante para a produção do sangue. (Leitura 421-2)

Nas citações seguintes, Cayce precisa de que animal prescreve o fígado (habitualmente limita-se a ordenar fígado em geral). Trata-se, primeiro, de um

bebé de dezoito meses, infestado de vermes intestinais, que aproveitam a fraqueza do «terreno»:

Não se esqueça de que o regime deve construir o organismo e o sangue. Consuma em particular fígado, preparado em patê de fígado – o fígado de vitela é preferível. (Leitura 786-2)

O patê de fígado de vitela é indicado num caso de leucemia (leitura 2456-3, um rapaz de dezoito anos), e aqui, com esta preparação muito simples:

Fígado de vitela picado, misturado com uma chávena de sangue de boi, e cozinhado dez minutos no forno. (Leitura 2832-1)

Pode haver relutância quanto à vitela, hoje de criação intensiva – horror! – e que, portanto, perdeu uma boa parte das qualidades naturais do seu antepassado americano de 1942 de que falava Cayce. Para todas as leituras em que fala de fígado de vitela, tente encontrar a ave rara, isto é, vitela «de aleitamento», biológica. Caso contrário, renuncie!

A morcela: uma super-mina de ferro!

Durante anos, eu tinha até esquecido a existência deste produto. E depois um dia, ao passar na rua de Bourgogne diante do Dubost, o meu fornecedor de pratos, senti-me irresistivelmente atraída por um cheiro que me pareceu delicioso: a morcela fresca com ervas, que acabava de sair do forno. A rua inteira perfumava, desde o museu Rodin até à Assembleia Nacional! «Cantaram-se as parisienses, o narizinhos e o chapéu» – mas cantaram-se os perfumes que faziam o encanto do velho Paris? Outrora, cada bairro era uma aldeia; e cada aldeia tinha a sua especialidade, as suas artes, o seu folclore, o seu mercado e... a sua triparia! Toda a gente percebia do assunto e era muito simpático. A «aldeia Bourgogne» onde vivo ainda é assim; é um dos últimos lugares onde sobrevive a proverbial alegria do pequeno povo de Paris, que é a forma do seu quotidiano coragem (Paris não pode identificar-se com um punhado de intelectuais pretensiosos que mandam entre o Café de Flore e a praça Saint-Sulpice...)

Comprei a morcela, surpreendida eu mesma por esta «compra por impulso» (como dizem os estudos de mercado em que a dona de casa é descrita como um animal estúpido, guiado pelos reflexos do cão de Pavlov, que salivava quando lhe diziam para o fazer!).

Chegada a casa, consultei Cayce para saber o que pensava do *blood pudding* (em inglês “bolo de sangue”, estranha pastelaria!). Algumas leituras recomendavam-no em casos de doenças que afetam o sangue e a circulação: hemofilia, leucemia, etc. – e um caso de anemia geral. Essas leituras diziam que um

aporte exterior de sangue animal, mesmo cozinhado sob forma de morcela, fornecia ao doente os oligoelementos de que precisava para reconstruir o sistema circulatório e a contagem sanguínea.

Nessa altura, eu sofria mesmo de anemia. Cayce sendo muitas vezes preciso nas suas prescrições – quantas vezes exatamente por semana, a que refeição, acompanhado de quê, etc. – ajudei-me, pois, da radiestesia, isto é, do querido velho pêndulo, para tentar enquadrar os esforços de automedicação (atividade sempre desaprovada nas rubricas «saúde» da imprensa assinadas por um médico...). Fiz então uma cura regular de morcela preta, uma ou duas vezes por semana, e senti-me menos cansada.

Eis, pois, algumas leituras sobre esta famosa morcela preta (não a branca).

À noite, dar-lhe-íamos morcela, pois tudo o que ela contém são oligoelementos que facilitam a digestão, vê? Verá grandes mudanças e um nítido regresso à saúde deste organismo. (Leitura 1225-1)

Ouvir dizer que a morcela é particularmente digestiva pode espantar. Juraria que é o contrário. Ora, as minhas experiências mostraram que a morcela é pesada quando não está muito fresca. Depende também da quantidade de legumes que a acompanham. Se forem batatas fritas e se a própria morcela tiver sido longamente salteada na gordura, é chumbo! Se for acompanhada de legumes pequenos a vapor e o menos cozinhados possível, então passa realmente muito bem.

O doente para quem Cayce deu a leitura acima era um rapaz de dezanove anos, cujo estado geral era muito mau (anemia e diversos distúrbios nervosos). Eis agora o caso de um bebé de dez meses, hemofílico:

Este organismo, desde o início, careceu de elementos estruturais importantes para se construir. Daí estes sintomas, que inquietam com razão os pais. O sangue do nosso pequeno doente carece de certos elementos necessários à construção da parede dos vasos sanguíneos; as veias e as artérias não têm resistência suficiente.

Eis por que, ao mínimo golpe, se forma uma “nódoa negra”, uma acumulação de sangue. Primeiro, este não coagula como deveria e, além disso, há carência de certos oligoelementos nas paredes dos vasos sanguíneos. Há ainda uma falha glandular que se traduz por carência de vitaminas B1 e também A. São energias vitais que faltam aqui. É isso que é preciso corrigir.

Ao regime – excelente nas suas grandes linhas – que foi dado, acrescentaríamos pequenas quantidades de morcela. Atendendo à idade muito tenra do doente, só daríamos quantidades muito pequenas, três vezes por semana: uma chávena de café, seria bom! (Leitura 2832-1)

A tripa republicana… e cayciana

Pois é, esta célebre expressão histórica está perfeitamente de acordo com o ensinamento médico esotérico de Cayce (e de outros): a tripa é o homem! É a sede da força vital (ao nível dos três chakras inferiores) – exatamente como se dizia em latim: «Tota mulier in utero est.» A tripa é a coragem, a convicção profunda que faz lutar pela República (ou pelo Rei, quando há um). Aos covardes, aos medricas, aos frouxos: comam tripa!

As carnes? Brancas como a do cordeiro. Ocasionalmente, (...) tripas, isso seria bom! (Leitura 808-3, para uma jovem grávida que a gravidez enfraquece do ponto de vista digestivo)

Eis um caso muito raro: aquele em que Cayce recomenda uma carne de porco. Trata-se de uma senhora de sessenta e quatro anos, que está a recuperar de uma operação e suportou mal o envenenamento consecutivo à anestesia (é preciso «digerir» os cocktails anestésicos – e não é tão evidente como se pensa!):

Aconselha-se muito especialmente as tripas de porco. Não em vinagre, acompanhadas de pepino, mas preparadas de forma agradável – e sobretudo não fritas! Isso permitirá reconstituir rapidamente o sangue. (Leitura 1377-5)

E ainda:

Ao meio-dia, não coma de modo nenhum porco, salvo tripas de porco, ocasionalmente. Grelhadas, nunca fritas. (Leitura 1411-2)

Outro caso, uma tuberculose:

Faça então um regime à base de reconstituíntes, mas antes alimentos que produzam alcalinidade (no tubo digestivo). Ao meio-dia, tome tripas ou miudezas do mesmo género. Não demasiado; mas as que são mais reconstituíntes! (Leitura 929-1)

Outro caso, um tumor no pulmão:

OS MEUS PULMÕES VÃO FICAR MELHOR?

– Sim, a zona perturbada curará à medida que reconstituir a resistência, que estava no ponto mais baixo. A doença deve-se a perturbações na circulação sanguínea. Nas carnes que comer, sobretudo tripas! (Leitura 889-1)

A maioria das indicações terapêuticas da tripa são:

1. o cancro (leituras 2097-1, 889-1)

2. a anemia (421-2, 481-1, 658-15, 667-1, 4164-1, 3842-1, 556-4, 811-7, 898-1, 978-1, 2335-1, 5615-1).

A conclusão impõe-se: os normandos têm razão; a tripa é um fortificante!

O super-pé... de porco

Aparentemente muito apreciado, pois tenho diante de mim nada menos de dezasseis leituras que o citam! A parte mais interessante deste animal parece ser o pé, segundo Cayce. Talvez seja aí, de facto, que ele põe toda a força: para sustentar a sobrecarga de gordura, precisa bem de quatro pilares sólidos!

À primeira vista, eu teria aconselhado pé de porco a quem tem problemas nessa parte da anatomia... É o meu caso: encontro sempre maneira de pisar descalça a última vespa da estação; ou então parto um dedo do pé em casa, contra um pé de cadeira (nessa vez, o cão começou a coxear depois de uma zaragata, e o cavalo no estábulo também, por simpatia! A minha filha Éléonore torceu o joelho e a minha assessora de imprensa, o tornozelo. *Last but not least*, o pé da minha mesa antiga partiu-se. Coincidências?)

O panorama geral dos doentes "assinantes" do pé de porco é o mesmo que para as outras miudezas: anemia, fraqueza geral, pobreza do sangue... Em suma, todos os fraquinhos! A tradição quer que seja pelos pés que se aspirem as energias telúricas, as forças da Terra. Daí o tratamento do bom abade Kneipp, que consistia em andar descalço todas as manhãs no orvalho – tratamento agradável e efetivamente tónico.

Quem tem problemas tem, necessariamente, dificuldade em manter a energia vital – seja qual for a razão profunda. O cuidado do pé é a primeira religião do soldado, como diz o Sapeur Camembert: «De que são os pés? objeto de cuidados constantes...»

Os acidentes nos pés estão entre os mais incapacitantes, como se atingissem muito profundamente a vitalidade geral. Quando já não há pés, já não há cabeça... Aliás, o signo astrológico que rege a cabeça (Carneiro) segue imediatamente o que rege os pés (Peixes). Recordo-me sempre de um trimestre em que fiquei deitada sem poder fazer nada, vítima de um rebentamento de ligamentos num tornozelo. Uma rádio tinha-me encomendado uma peça de teatro. Em três meses deitada, eu deveria, normalmente, ter encontrado tempo para a escrever. Engano: a dor no pé impedia-me totalmente de pensar. Entreguei folha em branco e fui reprovada... Na época, ainda não conhecia Cayce; se não, teria engolido pés de porco panados...

QUAL É A MELHOR FONTE DE CÁLCIO NA ALIMENTAÇÃO?

– As cartilagens – por exemplo, pés de porco e outros. (Leitura 1158-3)

À noite, coma pés de porco ou outros. Contêm glicose, que permite a reconstituição do sangue. (Leitura 421-2)

À noite, duas ou três vezes por semana, tome então um pé de porco, alternando com legumes bem cozidos. Mas não ao ponto de se engasgar. Contudo, coma, nessas refeições, mastigando lentamente. (Leitura 428-7)

POSSO SUBSTITUIR ESTE MEDICAMENTO – A VENTRICULINA – POR OUTRO FORTIFICANTE?

– Sim. Pés de porco. O efeito não será tão rápido, pois não contêm tanto ferro (como o medicamento), mas contêm muito mais elementos necessários, sob uma forma mais assimilável (...). Tome pelo menos uma vez por dia. Pés de porco ou outros, mas coma apenas a cartilagem – não a gordura!

E COMO OS DEVO PREPARAR?

– Assados! (Leitura 556-4)

Poderia continuar muito tempo este hino à glória do pé de porco – mas não quero cansar quem lê, repetindo indefinidamente que o porco anda sobre quatro paus de giz!

Rins, coração, miolos, língua: a não dar ao gato!

Joguemos as últimas cartas: estas miudezas são excelentes reconstituíntes. A sua indicação principal, nas leituras, são os estados de fraqueza, seja qual for a causa (gravidez, pós-parto, traumatismos pós-operatórios, depressão nervosa, desnutrição, diversos estados de choque, anemias, etc.). A menção *anémia* ou *debilitation*, cujo sentido é claro em francês, aparece quase por toda a parte nos dossiês desses doentes. Ou ainda *bodybuilding*, isto é, reconstituinte. Na realidade, as miudezas parecem muito mais nutritivas e muito mais digestivas do que os pedaços “chiques”!

Comecemos pelo topo, de rompante: os miolos.

No regime, a linha a seguir é a dos reconstituíntes do sistema nervoso. Pouca ou nenhuma carne, é certo – à exceção das que fortificam os nervos, como os miolos. (Leitura 3747-1)

Naturalmente, Cayce desaconselha salteá-los...

Miolos e miudezas do mesmo género: eis o tipo de carne de que precisa. (Leitura 711-4, para uma futura mãe de dezanove anos)

Cayce não especifica os miolos deste ou daquele animal – todas parecem ter o mesmo poder reconstituinte, ao que parece.

O resto do regime: peixe, aves, cordeiro, antes do que carnes (vermelhas). Mas miolos, seja de que animal for, é bom. (Leitura 1102-2, um caso de anemia, uma jovem de vinte e oito anos)

Sigamos para «a melhor e a pior das coisas» (dixit Esopo), a língua:

Ao meio-dia, uma sanduíche com legumes verdes (...) e, se quiser, língua! Muito bom! (Leitura 2374-1)

Cayce não lhe especifica as virtudes, mas a doente é indicada como anémica (não se diz se é locutora de rádio...).

Desçamos mais abaixo, ao andar dos rins: é ali que se elabora a energia, nas cápsulas suprarrenais que coroam cada rim. «Deus que sonda os rins e o coração», diz a Bíblia (dando a entender que o coração serve, no máximo, para chorar quando está partido!).

Nunca carne de porco – salvo os rins. Estes são excelentes para manter o equilíbrio, pois ajudam a combater a urémia no sistema urinário. (Leitura 658-15, para uma mulher cuja fraqueza geral se devia a uma deficiência dos rins)

Coma então rins! Rins cozidos a vapor, e todas estas miudezas de carne "kosher" (logo, aqui não se trata de porco), isto é, provenientes de animais abatidos após inspeção, garantindo que não tinham doença infeciosa. Tome-os frequentemente! (Leitura 2546-1)

O abate ritual judaico tinha, de facto, por objeto, na origem, preservar a saúde do consumidor, prestando extrema atenção à qualidade do animal e aos processos de abate. A pessoa em causa faz parte dos amigos judeus de Cayce (teve muitos, alguns muito próximos!).

Já que falámos do coração, não encontrei nenhuma leitura sobre esta miudeza. Talvez pesquisas posteriores me permitam descobri-las. Na falta delas, atribuo-lhe essa mesma virtude fortificante que caracteriza as outras miudezas: devolver coração ao ventre aos grandes cansados!

Terminemos o capítulo com uma última prescrição de Edgar: o timo de vitela.

Timo de vitela e outras miudezas do mesmo género: é a espécie de carne de que precisa. (Leitura 711-4, dada para a jovem grávida citada acima)

Num próximo livro retomarei, para as completar, estas leituras sobre a virtude terapêutica dos alimentos. Cayce falou também muito longamente das cereais, dos frutos do mar, dos lacticínios, das bebidas, da pastelaria, dos doces, das especiarias... Se quem lê o desejar, poderei voltar a isso e dedicar-lhe outros capítulos.